

۱۸۹، ۱۲۲

سپورٹس اور صحت کے متعلق مفید مضامین اور جدید معلومات تمہارا گائیڈ

SALAR JUNG ESTATE LIBRARY
(Oriental Section)
URDU PRINTED BOOKS:
Accession No. ۷۲۳۶ Cat. No.
Subject..... No.

پندرہ روزہ رسالہ

ششماہی عجر
فی پرچہ ۳

سپورٹس مین

قیمت سالانہ
چار روپے

نمبر شمار	مضمون	نمبر شمار	مضمون	نمبر شمار	مضمون
۱	تعارف	۹	ریڈ کراس اور سلور جوبلی	۲۱	نمبر صفحہ
۲	وجہ تسمیہ	۱۰	کارٹون بہادری	۲۲	
۳	اخبار و تبصرہ	۱۱	بہادروں کی مقابلہ کے لئے تیاری	۲۳	
۴	چند انگریزی کھیلیں	۱۲	لطائف	۲۴	
۵	کرکٹ	۱۳	الغامی معمر	۲۵	
۶	گولہ پھینکانا	۱۴	حفاظت اول	۲۹	
۷	تنفس	۱۵	اصلاح دیہات	۳۱	
۸	میراثمن	۲۰			

(میں عبدالمجید بھٹی ایڈیٹر، پرنٹر، پبلشر نے مسلم پرنٹنگ پریس لاہور میں چھپوا کر دفتر رسالہ سپورٹس مین جمپورسین، ڈولہ پور شالنگیہ،

تعارف

راہِ نشاطِ عیش تو صحت میں ہے نہاں
اس کی جو آرزو ہو تو صحت کے راز جان

موجودہ نسل کی ترقی، تعلیم اور نشوونما پر بہت زور دیا جا رہا ہے۔ تعلیمی اداروں میں ورزش اور کھیل کا باقاعدہ نصاب داخل ہے۔ اور اس کی تکمیل کے لئے تنخواہ دار ٹیچر اور ڈرل ماسٹر مقرر ہیں اور عام دلچسپی پیدا کرنے کی خاطر باجوں گاہوں پر کافی رقمیں صرف کی جا رہی ہیں۔ مگر اس کے باوجود پڑھنے پڑانے والوں اور ورزش کرنے کرنے والوں کی صحت دن بدن نیچے ہی نیچے چلی جا رہی ہے۔ اور ہر دس اشخاص میں نو ضرور عام جسمانی کمزوری کا شکار ہوتے ہیں۔ ان لوگوں میں سے پانچ ایسے ہوتے ہیں جو اپنی "زردروئی" نقاہت اور خافت کو فیشن ایبل نزاکت سمجھ کر پروا نہیں کرتے باقی چار عام جسمانی تنکالیف میں مبتلا کھیلوں اور ڈاکٹروں کے دروازوں پر بھگتے نظر آتے ہیں۔

مغربی ممالک کی طرح ہندوستان میں بھی بعض عجیب و غریب ورزش کی تعلیم کے واسطے پبلک یا پرائیویٹ سکول موجود ہیں۔ گولڈن گاہ چرچ اتنا بھاری ہوتا ہے کہ محدودے چند ہی ان سے فیضیاب ہو سکتے ہیں۔ اور پیش نظر مقصد کما حقہ پورا نہیں ہوتا۔

صحت ایک ایسی عجیب چیز ہے۔ جس کے بغیر انسان کی زندگی دیاں ہے

مگر تعجب ہے

کہ لوگ خدا کی ایسی بے مثال نعمت کو محفوظ رکھنے یا حاصل کرنے کی تو رتی بھر پروا نہیں کرتے۔ لیکن فیشن کی پیروی میں ہر ایک فضول اور نقصان رسان چیز کی خاطر زبردست تنگ و دو کرتے ہیں۔ کیا یہ

کفرانِ نعمت نہیں ہے

کس قدر تعجب نیز امر ہے کہ ہر شخص بالخصوص آج کل کے فیشن زدہ بچے اور نوجوان سر کے بالوں، کوٹ، پتلون، قمیص، کار، ٹائی اور بوٹ جرابوں کے واسطے تو بے اندازہ تکلیف اٹھائیں اور خرچ کر ڈالیں۔ مگر جس چیز کی خاطر ان سب چیزوں کی ضرورت ہے اس کی ذرا پروا نہ کریں اور

تن درست

رکھنے سے بالکل غافل و بے نیاز ہوں۔ حالانکہ تن درست رکھنے کے لئے کسی خاص خرچ یا تکلیف کی ضرورت نہیں

کہا جاتا ہے۔ تن درست۔ من درست اور تن کمزور من کمزور۔ اور اس کی شرح کی ضرورت نہیں۔ ع

ساز بگڑا ہو تو آتی ہے صدا بگڑی ہوئی

تندرستی

انسان کی ضرورتوں میں سب سے بڑی ضرورت ہے۔ اسے حاصل کرنے اور قائم رکھنے کا ایک ہی گُر ہے اور وہ گُر یہ ہے کہ

تن درست رکھنے کے

ڈھنگ سیکھے جائیں۔ اس واسطے وہ علم جو صحت قائم رکھنے کے گُر دکھائے۔ اور تندرستی حاصل کرنے کے ڈھب

بتائے۔ سب علموں سے ضروری سمجھ کر سب سے پہلے سیکھنا چاہیے

سپورٹس

اس غرض سے جاری کیا گیا ہے کہ بچے سے لے کر بوڑھے تک کو تندرستی حاصل کرنے کے سہل العمل گُر نہایت صاف اور واضح طور پر بتائے جائیں۔ اور ایسے طریق بیان ہوں۔ جن پر عمل ہونے سے نہ تو کچھ خرچ کرنا پڑے نہ تکلیف اٹھانی پڑے۔ بچے تندرست رہیں اور صحیح صورت میں پروان چڑھیں۔ ملک کے نوجوان میدان زندگی میں لڑنے کے قابل ہوں۔ یہ نہ ہو کہ مخالف ہوا کے معمولی جھونکوں سے سرنگوں ہو جائیں۔ یا معمولی جھٹکے سے لاکھڑا کر گر پڑیں۔ صحت کے اصول ان کے جی میں ایسے سمائیں کہ عادت ثانی بن جائیں۔ علاوہ ازیں کرکٹ، ہاکی، فٹ بال، والی بال، گالف، ٹینس، بیڈمنٹن و دیگر ہمو قسم جو کھیلیں رائج ہو چکی ہیں۔ ان کے متعلق مفید مضامین اور جدید اصول و قوانین شائع کئے جائیں۔ اور ایسی تمام کلبوں کے پروگرام اور نتائج مسج و ٹورنیمینٹ وغیرہ شائع کر کے مشہور کھلاڑیوں کا تعارف کرایا جائے۔ تاکہ کھیلوں اور کھلاڑیوں کے متعلق عام دلچسپی پیدا ہو

اس لئے سپورٹس میں

بہادری کے کارنامے، شجاعت کی داستانیں۔ دلیری، حسن سلوک، مراعات باہمی کی مثالیں اور آداب و معاہدہ وغیرہ

شائع ہوا کریں گے۔ تاکہ عام لوگوں میں سپورٹس میں سپرٹ پیدا ہو۔ چونکہ لطائف و ظرائف بھی تمدن و معادن

صحت ہوتے ہیں اس واسطے ان کو بھی جگہ دی جائے گی +

صحت کا تعلق ریڈ کر اس (صلیب احمر رولر) آپ لفٹ (دیہات سڈھا سیغٹی فرسٹ (حفاظت اول) اور
سکاؤٹنگ سے بھی بہت حد تک ہے۔ اس واسطے ان انجمنوں اور دیگر کلبوں، ایسوسی ایشنوں اور اداروں کے
ساتھ جن کے اصول و پروگرام صحت و ورزش کے متعلق ہوں۔ یہ رسالہ ضروری تعاون رکھے گا +
اگرچہ صحت، تندرستی، ورزش اور کھیل کود کے متعلق انگریزی میں تو بہت سی بلند پایہ اور جامع کتابیں موجود ہیں۔
مگر نہ تو ساری کتابوں تک سائی ہو سکتی ہے۔ نہ ہر شخص ان کو کما حقہ سمجھ کر ان پر عمل کر سکتا ہے۔ تفریحی مشاغل
کے متعلق اردو میں کافی تو کیا ضروری کتابیں بھی موجود نہیں۔ اس لئے اس امر کی اشد ضرورت تھی۔
کہ ایک ایسا اخبار یا رسالہ جاری کیا جائے جو صحت و تندرستی کو قائم رکھنے کے لئے عام لوگوں کی استعداد کے
مطابق ضروری معلومات آسان اور سلیس زبان میں پیہم پیش کرتا ہے۔ اور چونکہ ہم نے وقت کی اس اہم ضرورت
کے پیش نظر

سپورٹسین جاری کیا ہے

اس لئے ان تمام اصحاب کو جو ہمارے اس نظریہ سے متفق ہیں۔ جن کو اپنے بچوں کی صحت عزیز ہے۔ جو اپنی زندگی
کی قدر کرتے ہیں اور اپنے آپ کو قوم و ملک کا ایک ناکارہ نہیں بلکہ کارآمد پرزہ ثابت کرنا چاہتے ہیں۔ جن کو اپنے
ملک و قوم سے محبت ہے اور جو سمجھتے ہیں کہ صحت ہے تو زندگی ہے

اپنا فرض سمجھتے ہوئے

سپورٹسین کی اشاعت کو فروغ دینے اور ہر شخص میں سپورٹسین سپرٹ پیدا کرنے کی انتہائی کوشش کرنی
چاہیئے اور سپورٹسین کو ہر سکول ہر کالج ہر کلب اور ہر گھر میں پہنچا کر ادارہ کی حوصلہ افزائی کرنی چاہیئے۔ کیا آپ
ہماری خوش گوار توقعات اور اپنے فرض کو پورا کرنے کی کوشش کریں گے؟

ایڈیٹر



وجہ تسمیہ

زبان اُردو ایک ہمہ گیر زبان ہے۔ یعنی اس میں ہر زبان کے لفظ موجود ہیں اور سما سکتے ہیں۔ خالص پنجابی۔ سنسکرت ہندی۔ انگریزی۔ فارسی۔ عربی۔ عبرانی ہر زبان کے لفظ اس میں آجاتے ہیں۔ خواہ رنگ وہ کوئی اختیار کر لیں۔ آج کل ایسے کچھ مشکل واقع ہو گئی ہے زمانہ بوجہ تعلیم انگریزی اور فارسی و عربی و سنسکرت زبانوں کی طرف سب سے توجہ کی وجہ سے ذرا بھی مشکل لفظ سے گھبرا جاتا ہے۔ ہر زبان میں ایسے لفظ بھی ہوتے ہیں جن کا ٹھیک اور اصلی مفہوم و مطالب کسی دوسری زبان کے ایک ہی لفظ سے ادا نہیں ہو سکتا۔ یہی حال لفظ سپورسین کا ہے۔ اس کے صحیح معنی کو ظاہر کرنے والا اُردو میں کوئی لفظ نہیں۔ خود انگریزی لفظ سپورٹ کے کما حقہ مکمل معنی دینے سے قاصر ہے۔ سنسکرت، عربی، فارسی الفاظ کی ملاوٹ سے اگر کوئی لفظ بنے بھی تو وہ ثقیل اور اُردو میں تو اس کے واسطے ایک سطر چاہیے۔ نیز انگریزی کے اکثر الفاظ ایسے زبان دوام ہو گئے ہیں کہ وہ اُردو ہی بن گئے ہیں۔ ایک اُن پلٹہ و جاہل کو بھی محسوس نہیں ہوتا کہ وہ دراصل انگریزی لفظ استعمال کر رہا ہے۔ بالکل اسی طرح جس طرح کئی عربی و فارسی لفظ اُردو میں آگئے ہوئے ہیں۔

اگر کوئی صاحب ہمیں کوئی ایسا سہل و آسان لفظ سچا دیں جو سپورسین کے پورے معنی و مطلب واضح کرے۔ تو ہمیں اس سے زیادہ خوشی کیا ہوگی۔ کہ اکثر احباب کا یہ اعتراض ہٹ جائے۔ کہ رسالہ تو اُردو میں اور نام اس کا انگریزی اب ذرا سپورسین کی تعریف ملاحظہ فرمائیے۔

سپورسین

- ۱۔ کھیل کو کھیل کی خاطر کھیلے۔ نہ کہ ضد اور شرارت کے طور پر
- ۲۔ تمام ٹیم کے واسطے کھیلے۔ کسی قسم کی خود غرضی یا خود ستانی کی چاشنی دل میں نہ ہو
- ۳۔ ہارجیت میں فراخ دل ہو۔ فتح سے مغرور نہ ہو۔ شکست سے محبوب نہ ہو
- ۴۔ محکم کا فیصلہ خواہ کیسا ہی ہو خندہ پیشانی سے مان لے۔ اس کی ذمہ داریوں میں دخل انداز نہ ہو
- ۵۔ شکست خوردہ حریف کے ساتھ نہایت مہربانی اور خلق سے پیش آئے
- ۶۔ دوسروں کی مدد کے ان کو بہتر بنانے کی خواہش رکھے۔ طامع و حرص نہ ہو

۷۔ معاملہ کی اچھائی کو پسند کرے۔ خواہ وہ حریف سے ہی ظاہر کیوں نہ ہو

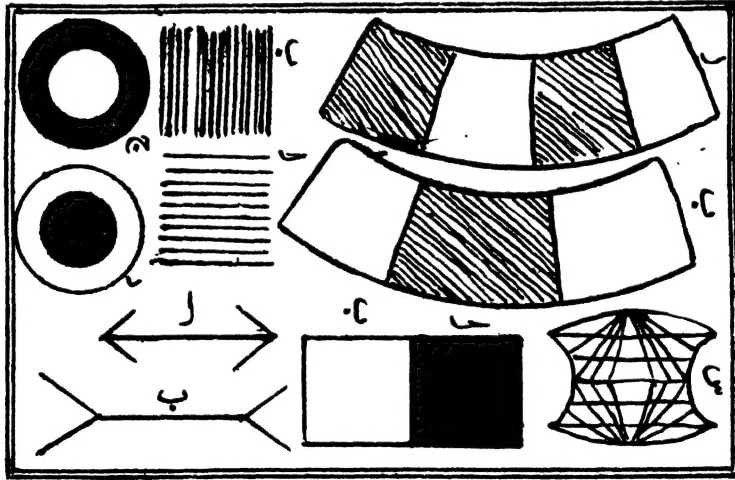
۸۔ اپنی غلطی کو مان لے۔ دوسروں کی غلطیوں کو معاف کر دے

۹۔ ہر وقت عاجز و کمزور کی مدد کے واسطے تیار ہو *

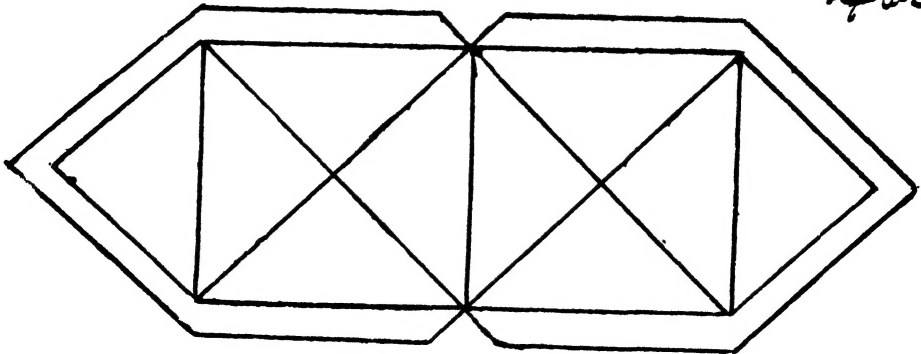
یہ ہیں وہ صفات جو ایک سپورٹسمن میں ہونی چاہئیں۔ اور یہ سپرٹل یعنی مجموعہ اوصاف ہر فکیل
سکوکے لئے ہی مخصوص نہیں۔ بلکہ ہر معاملہ میں عیان ہونی چاہئے *

ورزش دماغ

صرف ایک نظر میں بتاؤ کہ لب میں سے کون کون سا چھوٹا بڑا ہے۔ اس کی افقی لکیریں سیدھی ہیں یا انڈہ کو مڑی
ہوئی۔ ج د میں انڈہ کا کون سا گھیرا بڑا اور کون سا چھوٹا ہے۔



ایک جگہ سے شروع کر کے بغیر قلم اٹھائے ایک قطعہ میں لکیریں کا نقشہ مکمل کر نیکی کوشش کریں و بیان لکھیں کہ آپ کتنی بار کوشش کرتے ہیں اور کتنی
وقت لگتا ہے *



اخبار و تبصرہ

امید ہے کہ ایک دو ماہ کے عرصہ میں تمام سلطنت برطانیہ کی ایک ٹیل ٹینس انجمن (Association) قائم ہو جاوے گی۔ اس سکیم کو جاری کرنے والے ایک ہندوستانی جنٹلمین مسٹر داس ممبر بین الاقوامی ٹیل ٹینس انجمن ہیں۔ مسٹر داس بالعموم یورپ میں ہی رہتے ہیں۔ مگر اس سکیم کو مرتب کرنے اور بادشاہ سلامت کی سلور جوبلی کے دنوں میں ٹیل ٹینس کے کھلاڑیوں کے مقابلے کرنے کرانے کی غرض سے ہندوستان آرہے ہیں۔ مسٹر ایٹور منٹیاگونیو نے جراثکستان میں اس انجمن کے پریزیڈنٹ ہیں۔ مسٹر داس کی اس سکیم کو نہایت پسند کیا ہے۔

نوگا نگ علاقہ بندھیکھنڈ میں وسط ہند کی چھوٹی چھوٹی ریاستوں کے راجوں نے ٹینس کے ٹورنیمینٹوں کو جاری کیا۔ خوب میچ ہوئے۔ کپ جیتے گئے۔ کچن ملٹری کالج نوگا نگ نے بہت سی بازیاں جیتیں۔ اور کپ لئے۔ بیڈمنٹن کے میچ میں راجہ انگود نے براڈھرکپ جیتا۔ پنگ پونگ کے میچ میں ملٹری کالج اول رہا۔

ہمارے موجودہ وائسرائے لارڈ ولنگڈن کرکٹ کے ایک مشہور معروف کھلاڑی ہیں۔ سپورٹس سپرٹ جو کہ ایک سچے کھلاڑی کی اصلی صفت ہے ان میں بدریض غایت موجود ہے۔ اور یہ اسی سپرٹ کا نتیجہ ہے کہ ہندوستان کی موجودہ مقررہ فضا میں وہ ہر شخصیت سے نہٹ لیتے ہیں۔ کرکٹ کی کھیل کو ہندوستان میں ان سے کافی تقویت پہنچی ہے۔ زمانہ طالب علمی میں آپ ایٹن کی کرکٹ ٹیم کے متغہ یافتہ کھلاڑی اور کپتان تھے۔ کیمبرج کالج میں داخل ہو کر بھی آپ نے اپنی شہرت قائم رکھی۔ اور جب مدراس اور ممبئی میں گورنر مقرر ہو کر آئے۔ تب بھی اپنی ٹیموں کے کپتان رہے۔ اور اب تو انہوں نے ہندوستان کی باگ دوڑ سنبھال کر کرکٹ کو نہایت اہم فائدہ اور آسانیاں ہم پہنچائی ہیں۔

ہندوستان کی دنیائے کرکٹ کا نہایت اہم مقابلہ ٹیچر ڈنوں ممبئی اور گجرات کی ٹیموں میں ہوا۔

اس میں بمبئی کی ٹیم جیت گئی۔ اور تمام ہندوستان کی ٹیموں میں "اول" قرار دی گئی۔ میدان کھیل خوب سجا ہوا تھا۔ رنگ رنگ کی بے شمار جھنڈیاں، نہایت فراخ حالی خان اور مربع خیمہ ایک طرف تھا۔ میدان چاروں طرف سے جھنڈیوں اور احمد آباد کے نفیس کپڑے کی چادروں سے گھرا تھا۔ تین دن میچ رہا میسر جے۔ بمبئی ٹیم کا کپتان تھا۔ چری واکر، ہاریوالا، ایواٹن اور بیپوریا خاص کھلاڑی تھے۔ گجرات کی طرف سے چمپک۔ متھا، تبتلا اور کھانڈارا و نہایت عمدہ کھیلے۔ مرحنٹ جو ہندوستان کا سب سے اول کھلاڑی سمجھا جاتا ہے۔ بد قسمتی سے کچھ نہ کر سکا۔

بمبئی	(۱)	(۲)	(۱)	(۲)
کنٹرکپٹر	۵	۲	کیچ اوٹ ورن اوٹ	
ہنڈ لیکر	۴۴	۵	رن اوٹ د لیگ اوٹ	
واوکر	۲۳	۸۹		
مرحنٹ	۸	۳	رن اوٹ د	
چری	۲۹	۷۵	کیچ اوٹ د	
ہاریوالا	۶۹	۴	کیچ اوٹ د کیچ اوٹ	
میسر جے	۶	۲۹	کیچ اوٹ د	
بیپوریا	۲۳			
ایواٹن	۷	۵۱	لیگ اوٹ د کیچ اوٹ	
ٹالپیٹ	۵			
گٹی	۱			

دوسری باری میں بمبئی کے صرف ۹ کھلاڑی کھیلے۔ مل ملاکر پہلی بار بمبئی کی ۲۳۱ اور گجرات کی ۱۰۶ رنزیں ہوئیں۔

دوسری بار بمبئی کی ۳۰۰ اور گجرات کی ۱۶۶۔

یہ پنی کی ٹیم نے اگرہ کے میدان میں صوبہ دلی کی مشہور کرکٹ ٹیم کو شکست دے کر خیال پیدا کر دیا تھا۔ کہ ۲۹ اور ۳۰ جنوری کو جو میچ پٹیلہ میں جنوبی پنجاب کی ٹیم کے ساتھ ہوگا۔ اس میں پنی کی ٹیم یقیناً جیت جائے گی۔ مگر نتیجہ برعکس نکلا۔ وجہ غالباً یہ تھی۔ کہ پنجابیوں میں یوراج ہمارے پٹیلہ جیسا باہمت اور تجربہ کار کھلاڑی شامل تھے

اگرچہ بدقسمتی سے وہ بغیر ایک رنز کئے کیچ اوٹ ہو گئے۔ پھر بھی ان کی سپورٹس مین سپرٹ تو کارفرما تھی ہی۔ سب سے زیادہ رنزین لال سنگھ نے کیں۔ خدا معلوم نذیر علی جیسے کھلاڑی کو بھی کیا ہو گیا۔ صرف ایک رنز کر سکا۔ اور لیگ اوٹ ہو گیا۔ اس ٹیم میں ہمارا جہ بہادر پٹیل جو تمام ہندوستان کی کرکٹ کے روج روان ہیں وہ بھی کھیلے۔ جنوبی پنجاب کی پہلی انگ میں ۲۱۶ اور یو پی کی ۵۸ رنزیں ہوئیں۔ دوسری باریو پی کی ۲۱۹ ہوئیں۔ پنجاب کو کھیلنے کی ضرورت ہی نہ پڑی۔

مگر

ادرت سر میں کرکٹ کا مقابلہ ہوا تو پالسنسہ ہٹ گیا۔ ہمارا جہ بہادر پٹیل پنجابی ٹیم میں شامل ہو کر شمالی ہند کی ٹیم کے ساتھ میچ کھیلنے میں شریک نہ ہو سکے۔ دونوں ٹیمیں نہایت زبردست تھیں۔ اور ہندوستان بھر کے چیدہ چیدہ اور چوٹی کے کھلاڑی شامل تھے۔ مگر میچ دوسرے دن ہی دوپہر کے وقت ختم ہو گیا۔ اور طرفہ ہوا کہ جنوبی پنجاب کی ٹیم شکست کھا گئی۔ حالانکہ اُس میں محمد نثار۔ سید نذیر علی۔ لال سنگھ۔ امر ناتھ۔ محمد سعید اور یو راج پٹیل جیسے کھلاڑی تھے۔ شمالی ہند کی ٹیم میں بقا جیلانی غضب کا کھیللا۔ اور ان کی جیت محض اسی کے وجود سے سمجھنی چاہیے۔ جی۔ اسی۔ بی۔ ایل کپتان تھا۔

نتیجہ	نادرل انڈیا	پہلی رنگ	دوسری رنگ
	۱۴۲	۱۰۶	۲۲
	پنجابی	۱۳۵	

صوبہ دہلی کے روشن آرا ٹورنمینٹ میں محدود کلب راجپوتانہ ٹیم کو شکست دے کر اول رہی۔ محدود کلب کے واسطے یہ سب سے پہلا موقع تھا۔ صوبہ دہلی کی ٹیم نے راجپوتانہ اور محدود کلب دونوں سے شکست کھائی۔ اور پھر فائنل میں راجپوتانہ کو محدود کلب نے شکست فاش دی۔ اس ٹورنمینٹ میں نہ تو ریسٹریورڈ جنہوں نے سکندر آباد ٹورنمینٹ میں معین الدین گولڈ کپ جیتا تھا شامل ہو سکے۔ اور نہ لاہور کی کورسینٹ کلب حصہ لے سکی۔ کیونکہ اس کلب کے اکثر کھلاڑی نارٹھ ویسٹرن ریلوے سپورٹس ٹیم میں شامل ہو گئے تھے۔ یعنی صرف پانچ ٹیمیں اس ٹورنمینٹ میں شامل ہوئیں۔

ہندوستانی کرکٹ کے بورڈ آف کنٹرول نے تمام یونیورسٹیوں سے کئی اہم سوالات انٹر یونیورسٹی ٹورنمینٹ کے متعلق

پوچھے ہیں۔ کام تو بادی النظر میں ناممکن ہے۔ بہر حال دیکھیں یونیورسٹیاں کیا جواب دیتی ہیں۔ زمانہ کا حال جنگ ہے۔ آمدنی کم اور اخراجات زیادہ ہیں اس طرح کے ٹورنیمینٹ سے اخراجات کا بے اندازہ بار عوام پر پڑ جائے گا۔ یہ مناسب ہوگا کہ نزدیک نزدیک کی دو دو تین تین یونیورسٹیاں میچوں سے فیصلہ کر لیں۔ شمالی ہند کی علیحدہ اور جنوبی کی علیحدہ۔ پھر دو چوٹی کی شمالی اور دو جنوبی یونیورسٹیاں اپنی دارالسلطنت میں مقابلہ ڈالیں اگر سلسلہ درالہا ہوگا۔ مگر بیک وقت ہر جگہ شروع ہو جانے سے زیادہ سے زیادہ ایک ماہ میں ختم ہو جاوے گا۔

قدرت کے کھیل کہ وہ ہندوستان جس کے بہادروں کے کارناموں کی مثال دنیا میں غالب ہی ملتی ہے جس سے بہادری کے کرب و ہنر تمام دنیا نے سیکھے۔ فن کشتی میں جس کا اب بھی کوئی ثانی نہیں۔ موجودہ زمانہ کے بین الاقوامی مقابلہ میں سب سے پیچھے ہے۔ وجہ صرف یہ ہے کہ ہندوستانیوں کا شوق اور سپرٹ مردہ ہو چکی ہے خاص خاص کر تب و ہنر اول تو کوئی سکھانے والا ہی نہیں۔ اور اگر ہے تو کام بہت بے اصولی سے کیا جاتا ہے۔ یٹھوٹی اور سپرٹ تو بچپن میں ہی سکولوں کے اندر پیدا کی جانی چاہیئے۔ سکولوں کے بچوں کے پاس نہ تو ایسی خبریں پہنچانی جاتی ہیں۔ جن سے ان کے دلوں میں یہ سپرٹ پیدا ہو۔ اور نہ ہی انہیں پڑھائی سے اتنی فرصت دی جاتی ہے کہ وہ اس کے متعلق کچھ واقفیت حاصل کر سکیں کچھ لڑکوں میں کچھ لڑکے تھوڑے عرصہ کے لئے کھلاڑی بنتے ہیں۔ چونکہ ان میں اصلی سپرٹ نہیں ہوتی۔ وقتی جوش ہوتا ہے۔ اس واسطے غالب ہی غالب نام پیدا کرتے ہیں۔ ہندوستان میں اب تک بڑی بڑی منظم کھیلوں محض وقت گزاری کا ذریعہ سمجھی جاتی ہیں۔ قومی زندگی کا جزو لا ینفک نہیں خیال کی جاتیں۔ انہی وجوہات کی بنا پر ہندوستان نے بین الاقوامی اولمپک گیمز میں بھی نام پیدا نہیں کیا۔

سورجوبی فنڈ کے واسطے ملک کی سب کلبوں و ریسوسی ایشنوں نے ٹورنیمینٹ شروع کر دیئے ہیں۔ بلکہ کئی جگہ ٹیموں نے کپ جیت لئے ہیں۔ سپورٹس کا شوق پیدا کرنے کے لئے موقع تو خوب ہے۔ بشرطیکہ یہ شوق جاری رہے۔ محض وقتی تماشا ہی نہ سمجھا جائے۔

اسٹریلیا کی گھوڑ دوڑ میں ۱۵۰۰ میں سورگھوڑوں اور ایک سوار کا خاتمہ ہوا تھا۔ اب کے ۲۰ ماچ کو چودہ گھوڑوں میں سے دس گھوڑے دوڑ کے خاتمہ پر بڑی طرح لڑ گئے۔ تین تو فوراً مر گئے۔ باقی سمیت دخی ہوئے۔ آٹھ گھوڑے سوار ہسپتال میں داخل ہیں سب اگلا گھوڑا اتفاقاً گر پڑا۔ اسکی ٹانگ ٹوٹ گئی۔ باقی جزدور میں پیچھے آ رہے تھے لڑکر اکیلے دوسرے کے اوپر گر پڑے۔

ہندوستان سے نیوزیلینڈ کو ہاکی ٹیم بھیجے کا فیصلہ ہو گیا ہے۔ موسم گرما میں چکر لگے گا۔ پنجاب کے صرف دو کھلاڑی اوروہ بھی ریزرو میں لئے گئے ہیں نعیم، بشیر علی اور حق نواز کوئی بھی اٹھل ٹیم میں نہیں آسکے۔

سعودی فٹ بال کی امداد کے واسطے پشاور میں مفصلہ ذیل پروگرام منایا جائے گا:-

۲۹-۳۰-۳۱ مارچ:- یورپین بال مقابل انڈین کرکٹ میچ میکینس گراؤنڈ میں کھیلے گئے۔

۲-۳-۴ اپریل:- سرحدی ٹیم بال مقابل جوہلی ٹیم (جوہلی ٹیم ہندوستان کے بڑے بڑے کھلاڑیوں پر مشتمل ہے۔

مثل نیٹو (امروہ) امرنا تھ لوال سنگھ (پٹیا)، قمر دین - کرن چند - رام پرکاش - ڈی - آر - پودی - بقا جیلانی - امیر الہی (لاہور) احمد خاں - فضل الہی (راولپنڈی)، روشن لال - محمد سعید (امرتسر)، بشیر نا تھ کپتان اور وارن (پشاور) سے مرتب ہوگی۔

۵-۱۶ اپریل وابعده:- ہاکی ٹیموں کے میچ

۲۰-۱۶ اپریل وابعده:- فٹ بال ٹورنیمینٹ

بورڈ آف کنٹرول فار کرکٹ ان انڈیا نے ۲۶-۲۷ کے ہندوستان کے کرکٹ ٹورنیمینٹ میں مفصلہ ذیل ٹیموں کے

مقابلے کا فیصلہ کیا ہے:-

مشرقی حلقہ (کلکتہ میدان)، (د، سی، پی) و برابر بال مقابل برکھال واسام (ب)، وسط ہند بال مقابل راجپوتانہ-

فاتح (د)، بال مقابل فاتح (ب)،

مغربی حلقہ (ممبئی یا پونا میدان)، بمبئی و مغربی ہند وغیرہ (ج)، سندھ بال مقابل گجرات (د)، ہمارا شٹر وغیرہ

فاتح (د)، (ب)، بال مقابل فاتح (ج)، (د)

شمالی حلقہ:- (لاہور میدان)، (د)، و شمالی ہند (ب)، و جنوبی ہند

(ج)، دہلی بال مقابل افواج ہند (د)، ممالک متحدہ وغیرہ

فاتح (د)، (ب)، بال مقابل فاتح (ج)، (د)

جنوبی حلقہ (مدیس میدان)، (د)، مدیس وغیرہ (ب)، حیدرآباد بال مقابل میسور

فاتح (د)، بال مقابل فاتح (ب)

پہلے سیمی فائنل:- شمالی بال مقابل مشرقی امرت سر میں ۲۷-۲۸-۲۹ و ۳۰ دسمبر کو

دوسرے سیمی فائنل ۱۔ جنوبی بال مقابل مغربی مدرس میں ۲۷ تا ۳۰ دسمبر

فائنل :- بمبئی میں ۱۲ لغات ۱۵ - جنوری ۱۹۳۶ء

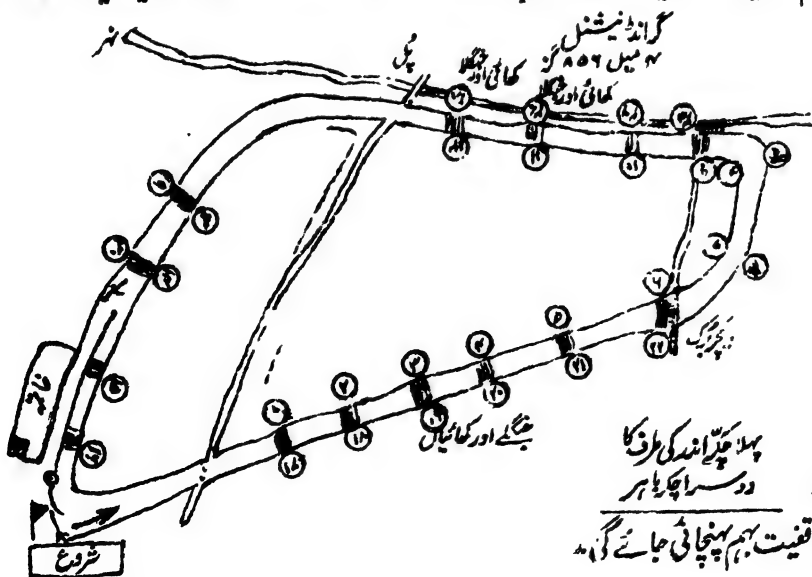
کوئٹہ میں سرگوشیپ کپ کوئٹہ نوزائیل جمبٹ نے ساتویں لائٹ ٹینک کمپنی سے آل انڈیا فٹ بال ٹورنمنٹ میں جیت لیا۔

سینیٹ جان ایبیسولینین لاہور شاخ کا سالانہ جلسہ مؤرخہ ۲۷ مارچ کو زیر صدارت مسٹری لطیفی آئی سی ایس منعقد ہوا۔ رپورٹ سے معلوم ہوا کہ دوران سال میں ۶۸ آدمیوں کو لڑکوں اور ۴۷ عورتوں اور لڑکیوں نے فٹ ایڈ اور تیمارداری میں تعلیم حاصل کی۔ ۳۰ دفعہ ایبیسولینینس کار مختلف موقوفوں پر لوگوں کی خدمت کے لئے گئی۔ اور کثرت کار کی وجہ سے ایک اور کار خریدی گئی۔

یہ ایک ایسی ایبوسی ایشن ہے کہ اس میں تمام لوگوں کو ہمیشہ از ہمیشہ حصہ لینا چاہیے۔ خدمتِ خلق کے واسطے اس سے بہتر اور کوئی ادارہ نہیں

مشکل یہ ہے کہ عوام کو چونکہ اس کے متعلق پوری واقفیت نہیں اس واسطے نہ وہ اسے فائدہ پہنچا سکتے ہیں اور نہ اس سے فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔

ڈربی اور گرانڈ نیشنل گھوڑ دوڑوں کے نام تو اکثر احباب نے سنے ہوں گے۔ بالفعل اتنا بتانا کافی ہے کہ ولایت کی یہ گھوڑ دوڑیں تمام دنیا میں مشہور ہیں۔ ہزار ہا روپے کی قیمت کے گھوڑے دوڑتے اور بازی جیتتے ہیں۔ جیتنے والوں کو



پہلا چڑھنے والوں کی طرف کا
دوسرا اچھڑا ہوا ہر

ہاکی کے کھیل کے معاملہ میں ہندوستان اب گمنامی سے نکل کر آہستہ آہستہ بین الاقوامی شہرت حاصل کر رہا ہے۔ دو سکر ماہک اس کا لوہا مان گئے ہیں۔ اور اکثر ممالک کی یہ خواہش ہے۔ کہ ہندوستان کی ہاکی ٹیمیں ان کے مقابلہ پر آئیں تاکہ وہ ان کے کھیل کا کوئی سبق حاصل کر سکیں۔ چنانچہ جرمنی، آسٹریلیا اور نیوزیلینڈ ہندوستان کی ٹیموں کو باری باری مدعو کر چکے ہیں اور ہنگری نے تو درخواست کی ہے کہ ان کو ایک ہندوستانی کھلاڑی کی خدمات مہیا کی جاویں تاکہ وہ وہاں کے باشندوں کو ہاکی سکھ چلانا سکھائے۔ اس کے علاوہ اس استاد کھلاڑی کو ڈاکٹری یا اور کوئی عمدہ علم سکھا دیں گے۔

انڈین ہاکی فیڈریشن نے ہندوستان سے اب ایک منتخب ٹیم نیوزیلینڈ بھیجنے کا فیصلہ کر لیا ہے۔ وقت روپیہ کی ہے۔ کسی نے کہا تھا کہ جو کھلاڑی اپنی آمدورفت کا کرایہ ادا کر دے وہ ٹیم کا ممبر بن جائے گا۔ مگر اس کے تو یہ معنی ہوتے کہ ٹیم ہاکی کی نہ ہو۔ بلکہ ساہوکاروں کی۔ خواہ ہر جگہ مار ہی کھائے۔ ہر صوبہ کو چاہیے۔ کہ فیڈریشن کو مخصوص کھلاڑیوں اور روپے سے مدد دے۔ تاکہ ہندوستان کا نام بیش از بیش چلے۔ امر او زراء جو اکثر عجیب عجیب فضول خرچیاں کرتے رہتے ہیں اپنے ملک کے نام کی خاطر اس میں کافی ودائی حصہ لے سکتے ہیں۔ ایک شرط ہر جانے والے کھلاڑی کے لئے یہ ہے۔ کہ اسے لائسنس کے برلن میں منعقد ہونے والے اولمپک ٹورنیمینٹ میں حسب ضرورت حصہ لینا پڑے گا۔

ہاکی نے یہاں تک عروج پکڑا ہے اور ایسی مقبول ہوئی ہے۔ کہ جوان اور بچے تو علیحدہ رہے عورتوں تک کی ٹیمیں بن گئی ہیں چنانچہ کلکتہ، کراچی، مدراس، دہلی اور ممبئی جیسے بڑے بڑے شہروں میں باقاعدہ کلبیں ہیں اور میچ و ٹورنیمینٹ ہوتے ہیں۔ ایک دفعہ ممبئی میں مردوں کی ٹیم سے بھی میچ ہوا۔ اگرچہ شکست ہی کھائی۔ مگر تاکہ۔ ایک دن ضرور ایسا آئے گا کہ یہ نسوانی ٹیم اکثر موقعوں پر مردانہ ٹیم کو شکستیں دے گی۔ ایک بات میں تو البتہ یہ نسوانی ٹیمیں بہت فائق ہیں۔ وہ یہ کہ کسی مقابلے میں بھی آج تک کسی کے چوٹ آئی نہ ٹخنے گھٹنے ٹوٹے۔ مرد عام طور پر بہت بے پرواہ ہو کر حیوانی جوش سے کھیلتے ہیں اور مردانہ وار ایسی چوٹوں کو سہہ گزرتے ہیں۔ عورتوں میں بھی جوش و خروش تو ہوتا ہے۔ دھڑکی تیزی اور گنبد و لٹک کے داؤ بیچ خوب دلچسپ ہوتے ہیں۔ مگر فائیت درجہ کی احتیاط کا رفرما ہوتی ہے۔ تاکہ جسم پر چوٹ کے نشان نہ رہ جائیں۔ بہر حال یہ حزم و احتیاط بھی ایک بہت بڑی خوبی ہے۔ مردوں کو بھی سبق سیکھنا چاہیے۔

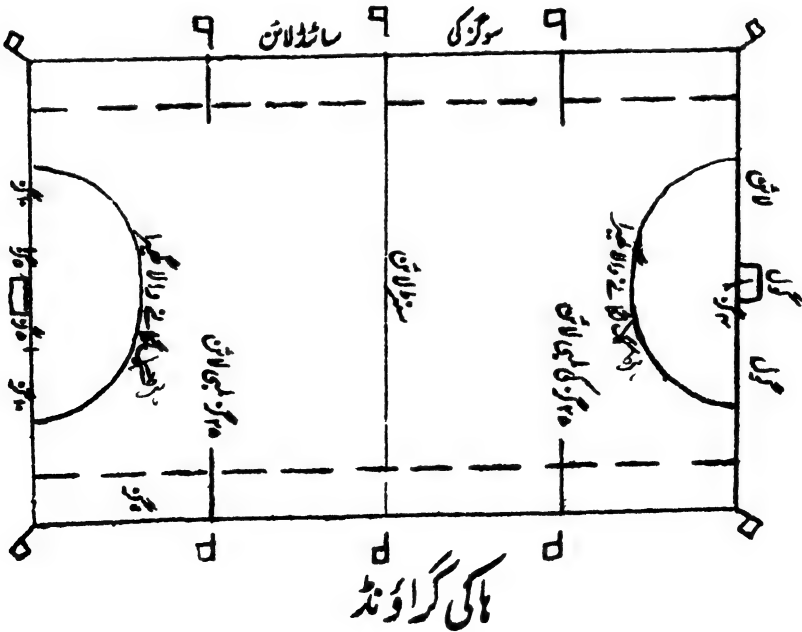
ایسٹرن انڈیا فٹ بال ایسوسی ایشن نے ماہ اپریل کے دوسرے تیسرے ہفتے میں ایک ٹورنیمینٹ مقرر کر کے دہلی، کلکتہ، پونا، کراچی اور لاہور سے "نسوانی ہاکی ٹیموں" کو مدعو کیا ہے۔

چند انگریزی کھیلیں

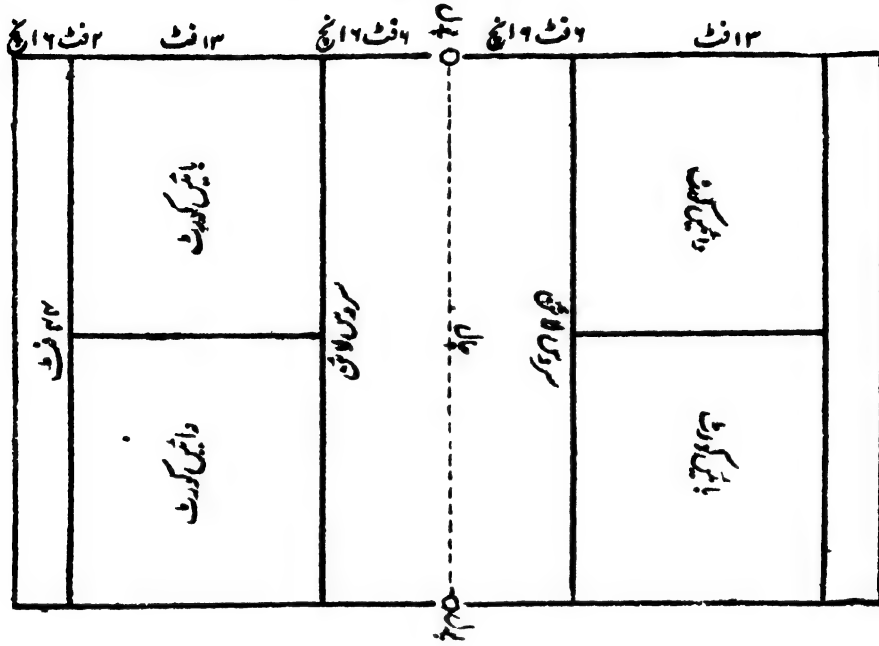
سکولوں اور کالجوں میں اور اکثر دیگر کھیل کلبوں میں کرکٹ، بیس، ہاکی فٹ بال، والی بال و بیڈمنٹن وغیرہ کھیلیں مروج ہیں سکولوں سے کرکٹ تو غالباً عنقا ہو گئی ہے۔ مگر دوسری کھیلیں بھی طرح جاری ہیں۔ ہاکی فٹ بال تو دیر سے رائج ہیں۔ اب بیڈمنٹن اور والی بال بھی زوروں پر ہو گئے ہیں۔

تعب ہے کہ ان روزمرہ کی کھیلوں کے آئین و ضوابط سے خال خال لوگ ہی واقف ہیں۔ سنے کہ کالجوں کے اکثر کھلاڑیوں کو بھی بالعموم ضروری قاعدوں کا علم نہیں ہوتا۔ بس کھیل کے میدان میں گئے۔ اور ملے بازی کر کے واپس آ گئے۔ اگر کوئی امپائر یا ریفری یا تجربہ کار کھلاڑی پاس نہ ہو تو بہت دقت پیش آتی ہے نہیں جانتے کہ میدان کا احاطہ کتنا لمبا چوڑا ہونا چاہیے اور فاول کیا اور کس طرح ہوتا ہے۔ بیڈمنٹن۔ والی بال یا ٹینس میں بازمی کس طرح شمار ہوتی ہے۔ حالانکہ ہر کھیلنے والے کے علاوہ دوسرے لڑکوں کو بھی ان ابتدائی مراحل سے واقفیت ہونی ضروری ہے۔

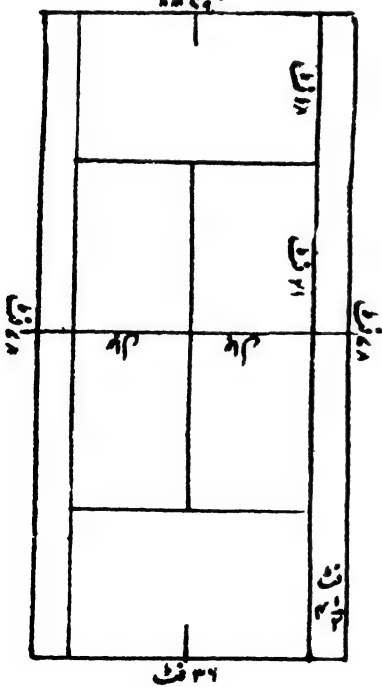
واقفیت کرنے کی غرض سے ان کھیلوں کے متعلق سلسلہ وار اس رسالہ میں مضامین شائع ہونگے۔ بالفعل کھیل کے میدانوں کے نقشے دئے جاتے ہیں۔ بعد ازاں ان کے متعلق ضروری امداد درج ہوتے رہیں گے۔



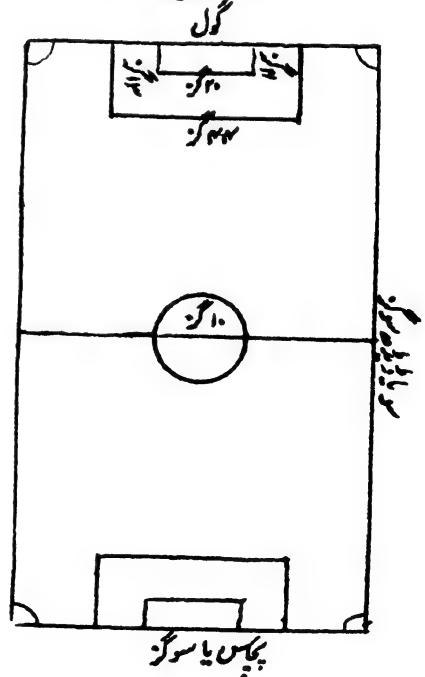
ٹینس گراؤنڈ



بیڈمنٹن گراؤنڈ



فٹ بال گراؤنڈ



کرکٹ

ذیل میں چند ایسے لفٹاؤں درج کئے جاتے ہیں جن پر عمل کرنے سے کرکٹ کی کھیل میں ٹیموں نے بڑی بڑی فتوحات حاصل کی ہیں اگر ہر کھلاڑی ان کو مد نظر رکھتے ہوئے کھیل میں شامل ہو۔ تو وہ نہ صرف اپنے آپ میں بلکہ دوسروں میں بھی سپورٹسین سپرٹ پیدا کر سکتا ہے۔

بیلنس مین (کھیلنے والا کے واسطے)

ہمیشہ یہ خیال رکھ کر کھیلے کہ اپنی ٹیم کے واسطے کھیلنا ہے۔ نہ کہ ذاتی جو ہر ذاتی اغراض کے اظہار کے واسطے باہر کے لوگ یعنی نمائندین جو طرح طرح کی ہتھکنڈیں کو اُونچا نیچا یا ادھر ادھر رکھنے کے واسطے دیں ان کا خیال نہ کرو۔ جس بال کو تم نے میٹ سے ہٹ لگانی ہے۔ اس کو صرف تم ہی چانچ سکتے ہو۔ باہر کے لوگ صحیح اندازہ ہرگز نہیں لگا سکتے۔ لگاہ بال بد رکھو۔ میٹ بد یا فیلڈ کرنے والوں پر نہیں۔ ان کی جانچ پڑتال بال لینے سے پہلے کرو۔

آؤٹ نہ ہونے کا تہیہ کر لو۔ آؤٹ کرنا بال دینے والے کا کام ہے۔ آپ کا نہیں۔ بال کو ایسی ہٹ لگاؤ کہ گراؤنڈ (زمین) پر ہی دور چلا جائے۔ ایسا اونچا

نہ ہو کہ کچھ ہو جائے بالعموم ستر فی صدی کھلاڑی کچھ آؤٹ ہو جاتے ہیں۔ اگر باوجود کوشش اور محنت احتیاط کے غلط ہٹ لگ جائے۔ تو جوش میں آکر میٹ اور وکٹوں یا گراؤنڈ پر غصہ نکالنا شروع نہ کرو۔ بلکہ غلطی کو سمجھ کر آئندہ اس سے بچنے کی کوشش کرو۔

جتنی بھی زیادہ رنزیں ممکن ہو سکیں کرو۔ مگر اس طور پر نہیں کہ ساتھی کھلاڑی خواہ مخواہ ہی آؤٹ ہو جائے۔ جب موقع کی ہٹ لگے اور ایک رنز کی بلانے فوراً "ہاں" کی آواز دو۔ اور اگر رنز نہ کرنی ہو تو ضرور "نہ" "پنڈر دو اور ممکن ہو۔ تو ہاتھ سے فوراً" کا اشارہ کرو۔

کھیل میں گھبرا کر دل نہ چھوڑ دو۔ میچ کو اخیر تک نبھاؤ۔ میچ میں شکست نہیں ہوتی۔ جب تک کہ حریف حیرت نہ جائے۔ کیا معلوم دوسرے لمحے میں ہی کیا ظہور میں آئے۔ اور ہارتے ہارتے حیرت جاؤ۔ باؤل (بال دینے والے) کے واسطے

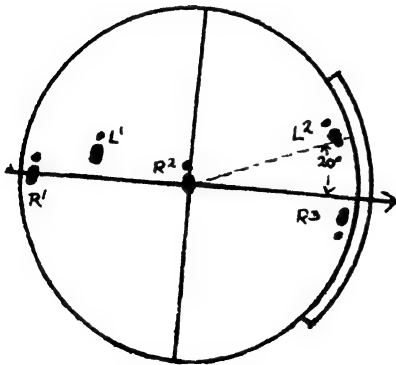
(دوسرے نمبر میں دیکھیں)

گولہ پھینکنا

یہ بھی ایک عمدہ ورزش ہے۔ گولان کے واسطے جن کی صحت عمدہ ہو۔ اور بدن ورزشی۔ البتہ اگر صرف اسی ورزش کو بطور ورزش و کرتب اختیار کیا جاوے۔ اور مختلف ٹورنیمینٹوں میں نام و انعام حاصل کرنا ہو۔ تو اس کو شروع سے ہی باقاعدہ طریق پر کرنا چاہیئے۔ پہلے مختصر وزن سے شروع کر کے گولہ کا وزن ہفتہ وار بڑھاتے جائیں اور دو سہر سے شروع کر کے آٹھ دس سینز تک لے جائیں۔

عام سکولوں میں ایک ہی وزن کا گولہ ہوتا ہے۔ پان سات بڑی عمر کے لڑکے چند دفعہ محض بطور نمائش سال میں کبھی کبھی اس کو پھینکتے ہیں۔ اور وہ بھی اکثر ٹورنایمنٹ کے موقع پر۔ بعدہ گولے کو زنگ ہی لگا رہتا ہے۔ ہونا تو یہ چاہیئے۔ کہ دو سہر سے لے کر آٹھ سینز تک کے کم از کم پانچ پانچ گولے مختلف وزن کے ہوں۔ تاکہ پہلے چھوٹی عمر سے ہی شوق سے شروع کریں۔ اور آخری جاغلت تک جاری رکھیں۔

دزنی گولوں سے بالعموم میدان کھیل بھی خراب ہو جاتا ہے۔ بسا اوقات ان سے نفرت کی ایک یہ وجہ بھی ہوتی ہے۔ اس واسطے جہاں گولہ پھینکنے کی ورزش کرنی ہو۔ وہاں ایک لمبا سا مناسب اکھاڑا بنالینا چاہیئے۔ میسرز جتنا کہ کہنی یا لکڑی شرنے ہمیں اطلاع دی ہے کہ انہوں نے خاص قسم کے چمڑے کے گولے تیار کئے ہیں۔ جو کہ کسی کمرہ میں بھی برائے ورزش استعمال کئے جاسکتے ہیں۔ فرش کو خراب نہیں کرتے۔ گولہ پھینکنے کی باقاعدہ ورزش کے واسطے ایسا گھیرا بنالیں جو سامنے دیا گیا ہے۔



پھر گھیرے میں کھڑے ہو کر جس ہاتھ سے گولہ پھینکنا ہے اسی طرف کا پاؤں پیچو اور دوسرا آگے بڑھا کر گولے کے ہاتھ کو دو چار دفعہ اوپر نیچے کریں اور دو تین بار ایک دوسرے ہاتھ میں بدلیں۔ ساتھ ہی جس ہاتھ میں گولہ جائے۔ اسی پاؤں پر بدن کا بوجھ بھی ڈالتے جائیں۔ اس تمام تیاری میں پاؤں زمین سے نہیں ہٹنے چاہئیں۔ بعدہ ٹکل



نمبر ۷ کی پوزیشن اختیار کریں۔
 باقی سات پوزیشنیں جو کہ گولہ پھینکنے تک اختیار
 کرنی چاہئیں۔ دوسرے نمبر میں ملاحظہ کریں۔
 یہ ورزش بازو اور ٹانگوں کو خاص طور پر مضبوط
 بناتی ہے۔ کمر میں توانائی پیدا کرتی ہے اور چھاتی
 کو فراخ کرتی ہے۔

باقی آئندہ

خوبصورت رنگین چارٹس

کفایت شکاری۔ بد عمدی۔ میلے دانت۔ چڑیل اور بھالو۔ روٹی۔ پیسہ۔
 کے متعلق

چوہدری بشیر احمد صاحب سیکرٹری پنجاب ریڈ کراس سوسائٹی لاہور کی رائے بالاختصاص

بموجب ٹیلی نمبر ۵۳۶۲ مورخہ ۳۱ اگست ۱۹۶۹ء

آپ کے چارٹس میں نے دیکھے ہیں۔ ان میں بہت اچھی نصیحتیں درج ہیں۔ عام لوگوں کے علاوہ جوڑے
 ریڈ کراس سوسائٹیاں ان سے بہت فائدہ اٹھا سکتی ہیں۔
 قیمت فی سیٹ عیر کیلنڈر کی صورت میں اور آٹھ فی سیٹ کپڑے اور رولز کے ساتھ

مینجر ہوتما ربک ڈپولا ہو

تنفس (سانس)

یہ بات کسی سے پوشیدہ نہیں کہ زندگی کا انحصار صرف تنفس پر ہے۔ تنفس جاری رہنے کے بغیر کوئی چیز زندہ نہیں رہ سکتی۔ سانس آیا تو زندگی ختم ہوا تو سارا قصہ ختم۔ جیسے مٹی کا بُت ویسے آدمی۔ باوجود اس امر کے کہ زندگی سے زیادہ پیاری چیز کوئی نہیں اور زندگی سانس کے ساتھ ہے عام لوگ اس کی اہمیت سے کلیتاً غافل ہیں۔ حالانکہ صرف پان سات منٹ رونا نہ اس کی طرف توجہ کرنے سے تھوڑی مدت میں صحیح اور عمدہ طریق پر سانس لینے کی اس طرح عادت پیدا ہو جاتی ہے کہ معلوم ہی نہیں ہوتا۔ کہ ہم میں خون صلیح پیدا کرنے۔ صحت ٹھیک رکھنے اور زندگی بڑھانے کا عمل بطریق احسن خود بخود جاری ہے۔

یوں تو سب لوگ ہی سانس لیتے ہیں اور سارے ہی زندہ ہیں۔ مگر جو فرق ایک تندرست و توانا آدمی اور ایک میل۔ تحیف و بیمار آدمی میں ہے۔ وہی صحیح و غلط طریق پر سانس لینے میں ہے۔ ایک کاندہ ناتراش جراح بھی پھوٹے کو چیر ڈالتا ہے۔ اور ایک تجربہ کار ڈاکٹر بھی۔ آپ کو معلوم ہے کہ ان میں کیا فرق ہوتا ہے؟ غرضیکہ زندگی کا آپ کوئی بھی شعبہ لیں۔ جو کام صحیح طریق پر کیا جائے۔ اس کی عمدگی، نفاست، پائیداری اور اس کا فائدہ ہمیشہ اس کام سے بدرجہا بہتر ہوگا جو مکمل پچھو کیا جائے۔

صحیح طریق پر سانس لینا ایسی معمولی بات نہیں جیسا کہ عوام سمجھتے ہیں۔ سانس لینے کا قدرتی راستہ ناک ہے۔ بہت سے لوگ ہیں جو اس صحیح و قدرتی طریق پر عامل ہوتے ہیں۔ کیا آپ نے خود بھی کبھی اس امر پر غور کیا ہے؟ آپ اگر کسی دن ذرا خیال رکھیں تو آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ کام میں لگے ہوئے پڑھتے ہوئے۔ لکھتے ہوئے یا سوچتے ہوئے تھوڑے تھوڑے وقفے کے بعد آپ ایک لمبی سانس لیتے ہیں۔ اگر آپ بطریق صحیح سانس لینے کے عادی ہوں تو قدرت کو آپ کی توہمناہ طریق پر سانس لینے کی طرح دلائی پڑے۔ اگر لوگ صحیح اور قدرتی طریق پر سانس لیں تو سوتے وقت خراٹوں سے نہ تو آپ خود بیزار ہوں۔ نہ دوسروں کی میٹھی نیند میں خلل ڈالیں۔

بذریعہ مسلسل مضامین اگلے پرچوں میں آپ کو صحیح اور بطریق احسن سانس لینے کے طریقے بتائے جائیں گے۔ کیونکہ ان طریقوں پر عمل پیرا ہونے سے آپ کھیل کود و دوڑ بھاگ اور دیگر ورزشوں میں حصہ لے کر اپنی صحت بڑھا سکیں گے اور زندگی پر لطفت کر لیں گے۔



یونان کے علاقہ اٹیکا کے شمال مشرق میں ایک وسیع میدان کا نام میراثن ہے۔ ۴۹۰ ق م میں یونان کی اس میدان میں نہایت خونریز جنگ کے بعد یونانیوں کو نمایاں فتح حاصل ہونے کی خوشخبری ایک شخص بنام فیڈیڈز نے سب سے پہلے ایٹنز دار الخلافہ یونان میں پہنچائی۔ اور چونکہ وہ سارا راستہ متواتر تیز دوڑتا ہوا آیا تھا۔ شہر میں پہنچتے ہی ہانپتا ہوا مر گیا۔ چونکہ واقع ایک نہایت اہم تھا۔ یونانیوں نے سالانہ کھیلوں اور دوڑوں کے مقابلہ پر ایک دوڑ چھبیس میل تین سو پچاس گز کی بھی اس شخص کی یاد کو زندہ رکھنے کے واسطے مقرر کر دی۔ بعد ازاں اور انگریزوں و دیگر یورپی ممالک میں لمبی دوڑوں کے مقابلہ کا نام ہی میراثن یا میراثن دوڑیں پڑ گیا۔ بسا اوقات اس کو کراس کنٹری ریس بھی کہہ دیتے ہیں۔ ہندوستان میں اب تک اس کا رواج نہیں ہوا البتہ سلور جوبلی کے موقع پر بمبئی میں جو ٹورنمنٹ ہوئے۔ ان میں یہ لمبی میدانی دوڑ بھی خاص طور پر رکھی گئی ہے۔ ہندوستان کے اسکول اور کالج اس دوڑ میں کافی نام پیدا کر سکتے ہیں۔ اس دوڑ میں شامل ہونے والوں کو ابھی سے پریکٹس شروع کر دینی چاہیے تاکہ مقابلے میں شریک ہوتے پر دم چڑھ جانے یا تھک کر رہ جانے کے باعث میدان ہارنا نہ پڑے۔ دوڑوں کے صحیح طریق بمع تقادیر اگلے نمبروں میں واضح کئے جائیں گے۔ اور بتایا جائے گا کہ اس مفید ورزش کو کس طرح شروع کیا جائے۔ کون شروع کرے۔ بدن کی پوزیشن کیا ہونی چاہیے اور اس سے انسان کو کیا کیا عجیب و غریب فوائد پہنچتے ہیں۔

سپورٹس کی اشاعت کو فروغ دینے کے لئے

ہر قصبہ اور ہر شہر میں ایجنٹوں کی ضرورت ہے۔

مینجر سپورٹس مین - چیمبر لین روڈ - لاہور

ریڈ کراس اور سلور جوبلی فنڈ

شہنشاہ معظم جارج چہم کو تخت نشین ہوئے ۶ مئی کو پچیس سال گزر جائیں گے۔ اس موقع پر قلمرو برطانیہ کے طول و عرض میں جذبات مسرت و شادمانی کا اظہار مختلف ذرائع سے کیا جاوے گا۔ شہروں میں چراغان ہوگا۔ سکولوں کالجوں اور دیگر محکموں میں بھٹی ہوگی۔ قیدی رہائے جاویں گے۔ کئی لوگوں کو معافیاں ملیں گی۔ پہلے زمانوں میں تو ایسے موقعوں پر بادشاہوں کے خزانے خالی ہوجاتے تھے۔ طرح طرح کے انعام و اکرام سے رعایا کے خاص خاص افراد کو مال مال کیا جاتا تھا۔ مگر اب بجائے اس کے کہ محض خاص آدمی مالی فائدہ اٹھائیں۔ اعلیٰ حضرت شاہ برطانیہ نے از راہ الطاف خسروانہ اس بات کی اجازت دیدی ہے کہ اس مبارک مسعود تقریب کی یاد میں تمام رعایا کے فلاح و بہبود کے لئے ایک فنڈ قائم کیا جائے۔ جس کا نام ”جوبلی سلور جوبلی فنڈ“ رکھا جاوے۔ مقصود یہ ہے۔ کہ ان چار ہندوستانی اداروں کے کام کو وسعت دی جاوے اور ان کی بنیادوں کو مضبوط و مستحکم بنایا جاوے جو اس وسیع ملک کے اندر بیماروں اور مصیبت زدوں کی تکالیف و مصائب کے ازالہ میں مصروف اور ہلکا کو صحت مند بننے کو فروغ دینے کی شاہراہ پر گامزن ہیں۔

ان اداروں (۱) انڈین ریڈ کراس سوسائٹی رانجن صلیب احمر (۲) سینٹ جان ہسپتالینس ایسیسی ایشن کاؤنٹس آف ڈفرن فنڈ (۳) انڈین آرمی ہسپتالینس فنڈ کے اصولوں اور مختلف مفید عام کاموں کے متعلق تو اگلے نمبر میں مفصل ذکر کیا جاوے گا۔ بالفضل اتنا کافی ہے کہ یہ سب ادارے اپنے اپنے حلقہ عمل میں ہندوستانی پبلک کی نہایت اہم اور عظیم الشان خدمات انجام دے رہے ہیں۔ ان کا دائرہ خدمت آبادی کے کسی خاص طبقہ یا قوم تک محدود نہیں۔ ہر درجہ و رتبہ کے مرد و عورتیں اور بچے مختلف صورتوں میں مستفید ہو رہے ہیں۔ بیماروں۔ زخمیوں۔ کمزوروں۔ لاچاروں۔ معذور و خدمت۔ ہندوستانی فوجیوں۔ اور ان کے لواحقین۔ زچاؤں، نوزائیدہ بچوں۔ یتیموں۔ زلزلہ۔ سیلاب اور وباؤں کے مصیبت زدوں کی امداد و حفاظت۔ صحت و ورزش کے متعلق ہر چار سبب ایسی باتیں ہیں۔ کہ ان سے بڑھ کر کوئی چیز آپ کی توجہ کی مستحق نہیں۔ اس واسطے جتنی بھی ممکن سے ممکن مدد اس فنڈ کی ہو سکے کوئی چاہیئے۔ کیونکہ اس فنڈ کی بچت کا تمام روپیہ حکم شہنشاہ معظم صرف ان چاروں اداروں کے کام آئے گا۔ اس فنڈ کے لئے چندہ کی فہرست کھول دی گئی ہے۔ جو کچھ بھی حسب توفیق بھیجا جائے گا۔ بعد شکر یہ قبول کر کے

رسید دی جاوے گی۔ ہر ضلع میں انجمن صلیب احمر کی شاخیں موجود ہیں۔ ایسی رقوم ان شاخوں میں یا صوبہ اگر گناہ رنگ سیکرٹری بھیجاویں۔ یا ضلع کے کسی ذمہ دار افسر کو دے کر رسید حاصل کی جائے۔

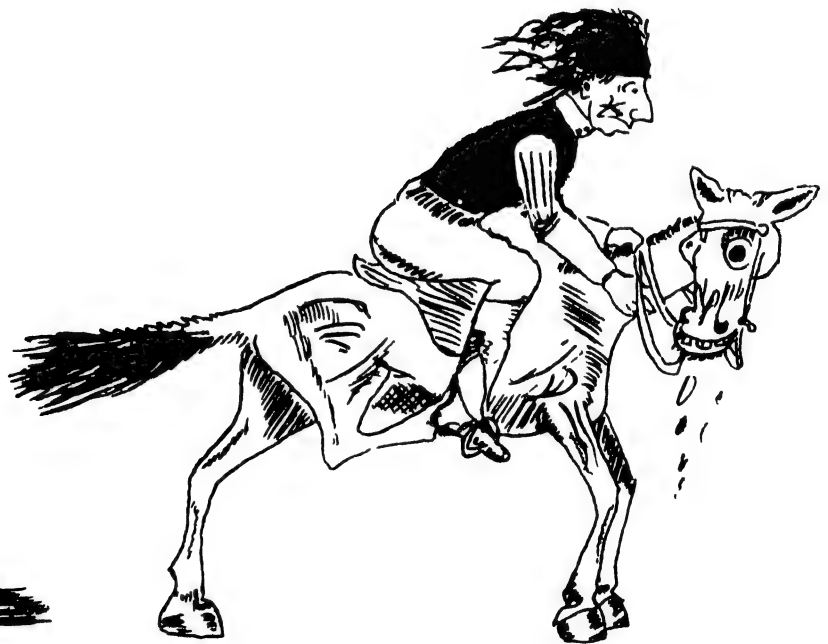
اس فنڈ کی مدد کے واسطے قریب قریب تمام کھیل کلبوں۔ ایسوسی ایشنوں اور کمیٹیوں نے نہایت اہم ٹورنمنٹس مقرر کئے ہیں۔ ان کی تفصیل آنے پر اگلے نمبر میں ہر گرام شائع ہونگے۔ بالفعل اتنا کہنا ضروری ہے کہ ہر کھلاڑی ہر ٹیم، خواہ وہ باقاعدہ موجود ہو۔ خواہ وقتی طور پر بنائی جائے اہم فراوہم ٹواب کے مصداق ان ٹورنمنٹوں میں حصہ لے کر اپنے جوہر بھی دکھائے۔ اور اس فنڈ کا حمد و معاون بھی بن جائے

چہ خوش بود کہ بر آید بیک کر شہ دو کار

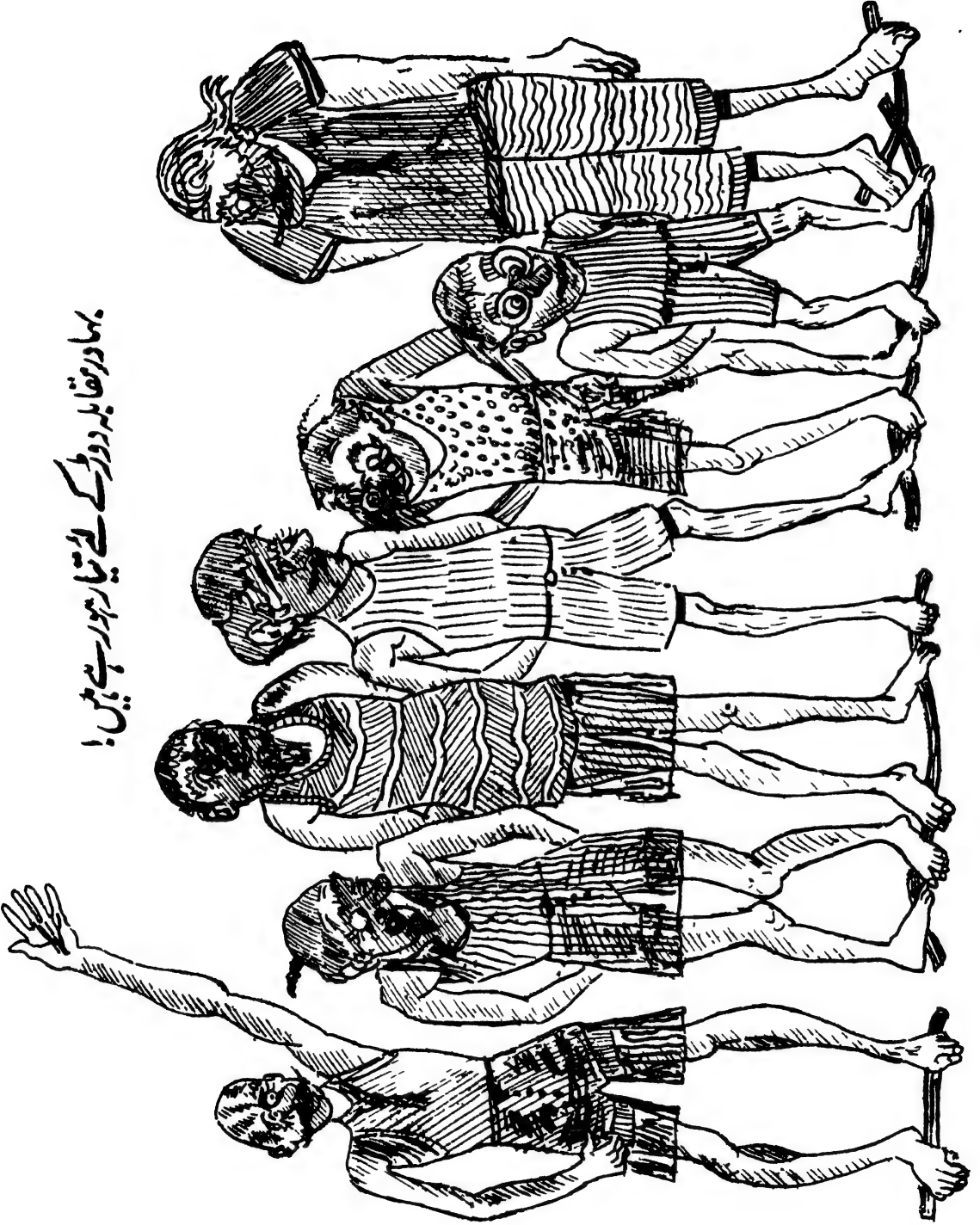
ہر صوبہ کے گورنر صاحبان نے بھی اس فنڈ کے متعلق پر زور اپیلیں کی ہیں۔ اور فنڈ کو بڑھانے کے لئے مختلف ذرائع استعمال کرنے کے لئے تاکید کی ہے۔ شاہ وقت کا حکم ماننا ہر قوم کا فرض اولین ہے۔ اور یہ حکم تو محض پہلک کی اپنی مہبودی و ترقی کے واسطے ہے۔ اس کی تعمیل رعایا کے ہر فرد بشر ہر لازم ہے۔



سوگڑ کی دوڑ کے بعد!



یہ بازی ضرور جیتیں گے!



ہمارا تقابلہ دور کے لئے تیار ہو رہے ہیں!



لطائف

لندن کے شیشن پر گلاسگو جانے والی ڈاک گاڑی چلنے کی سیٹی دے چکی تھی۔ تمام مسافر اندر بیٹھ گئے تھے دروازے بند ہونے والے تھے۔ مگر تین آدمی ابھی پلیٹ فارم پر رنگ رلیاں منارہے تھے۔ اُن کو ہتیرا کہا گیا مگر وہ اپنی دھن میں مست رہے۔ آخر قلیوں نے ہمت کر کے دو کو کیچنگ کھیٹ کر ریل میں بٹھادیا۔ اور ریل فوراً پل پڑی۔ پھر ایک باقی رہ گیا جو بد مستی میں کسی سنج پر لیٹ گیا۔ صبح جاگھا۔ تو قلیوں نے معذرت کے طور پر کہا کہ افسوس ہے کہ ہم آپ کو سوار نہ کرا سکے۔ آپ کے وہ دوسرے دو ساتھی تو بڑی مشکل سے چلتی گاڑی میں بٹھادے گئے تھے۔ فقہہ لگا کر آپ فرماتے ہیں۔ تم بھی عجب احمق ہو۔ وہ تو میرے دوست شیشن پر مجھے الوداع کہنے آئے تھے۔ گلاسگو تو میں نے جانا تھا۔ لندن دیکھنے آیا تھا۔

ایک بھولے بھالے میسر آدمی کو خوش قسمتی سے پڑھی لکھی بیوی سے پالا پڑ گیا۔ چونکہ گاؤں میں بہتے تھے اس واسطے بیوی ہر اتوار کو شہر میں جا کر سودا سلفت اور دیگر ضروریات فیشن خرید لاتی۔ شہر میں چالیس میل کے فاصلہ پر تھا۔ ہر چکر میں ایک سو روپیہ کا نوٹ لینا کر خرچ کرتی تھی۔

ایک دفعہ راستہ میں بیگم صاحبہ کسی شیشن پر اخبار خریدنے گاڑی سے اتریں۔ واپسی پر ہینڈ بیگ کو کھول کر دیکھا تو سو روپیہ کا نوٹ غائب تھا۔ سامنے والی نشست پر ایک بوڑھی میم خراٹے لے رہی تھی۔ اور کوئی مسافر اُترا چڑھا نہ تھا۔ اس کے چور ہونے کا یقین ہو گیا۔ اٹھ کر فوراً اس کے ہینڈ بیگ کی تلاشی لی۔ اس میں صرف ایک نوٹ سو روپیہ کا تھا۔ نکال لیا اور اپنی اس کارگزاری پر بڑی خوش ہوئیں۔ سودا سلفت خریدا۔ اور واپس گھر پہنچ گئیں۔

خاوند نہایت خوش خوش اور تپاک سے ملا۔ بیگم صاحبہ کے پاس کافی سامان دیکھ کر کچھ حیران سا ہوا اور بوجھنے لگا۔ کہو بیگم صاحبہ کس طرح گذری۔ کام ہو گیا۔ بیگم صاحبہ نے کہا۔ کہ بالکل ٹھیک حسب معمول کام ہو گیا۔ میاں صاحب نے فرمایا۔ خیر موجودہ زمانہ کی آپ بیسی لائق بیوی کا یہ فائدہ تو خوب ہے کہ بغیر روپے کے بھی کام اسی طرح حسب خواہش ہوتا ہے۔ جس طرح کہ روپے سے۔ اب آپ ہر ایت وار نوٹ اسی طرح چھوڑ جایا کریں۔ اور سودا سلفت خرید لایا کریں۔

بیگم صاحبہ نوٹ دراصل گھری بھول گئی تھیں۔

انعامی معممہ

ذیل میں ایک نہایت سہل معممہ دیا جاتا ہے۔ ذرا سی سوچ بچار سے یہ حل ہو جائے گا۔ معممے حل کر کے بڑا فائدہ آم کے آم اور کشمیریوں کے دام کی مصداق ہوتا ہے آپ کو غور و فکر کرنے سے سوچنے اور لغات استعمال کرنے کی عادت بڑھنے لیاقت بڑھے گی۔ علم زیادہ ہوگا۔ حافظہ تیز ہوگا۔ حوصلہ صبر اور محنت کی عادت پیدا ہوگی۔ اور مقابلہ کرنے کی مہمت و جرأت۔ حرکت میں برکت ہوتی ہے۔ ذرا مہمت کریں تو کچھ مشکل نہیں بالقرض آپ مقابلہ میں داخل ہو کر انعام حاصل کرنا چاہیں۔ تو بھی اس پر غور کریں۔ جب نتیجہ شائع ہو۔ تو اس سے مقابلہ کر کے اپنی خامیاں دور کریں۔

نمبر	حروف	حرف لگانا ہے (+) یا نکالنا (-)	سہم ہوئے حرف کا مطلب
۱	م ا ح م د	-	آدمی کا نام
۲	م د ر ا	+	ریل کا ایک سٹیشن
۳	ر ا ن گ ر ی ز	-	ایک قوم ہے
۴	ا د ش ا ہ	+	سب سے بڑا حاکم ملک
۵	خ ر س ی	- یا - ۲	ایک چوپایہ جانور (خرس یا خرا)
۶	ش ک ا ر ہ م	- یا - ۲	اس پر ساری کرتے ہیں
۷	ح ی م	+	موٹا تازہ
۸	چ چ ج ا ن	+	ایک قریبی رشتہ دار
۹	ر د ہ	+	بچارہ دوسروں کے ہاتھ میں ہونا ہے۔

حروف نمبر وار ہیں۔ صرف ایک حرف لگانا ہے (+) یا نکالنا ہے (-) نمبر ۷ کا حل دیکھ لیں۔
حل کر کے نیچے دیئے نقشہ کی مانند پوری صاف اور خوشخط کریں اور لفظ میں بند کر کے پورا مکمل لگا کر

سپورٹس چیمبر لین روڈ لاہور کو ۳ مئی ۱۹۳۵ء تک بھیج دیں

نٹس رٹل ۱: فیس داخلہ ۲ کے ٹکٹ فی حل۔ طلباء کے لئے پانچ پیسے کے ٹکٹ +

۲: داخلہ چھپی ہوئی فارم پر ضرور ہونا چاہیئے۔ زائد حل سادہ کاغذ پر صاف خوشخط لکھ بھیجیں۔ مگر ہر ایسے حل کے نو

۲ کے ٹکٹ علاوہ فیس داخلہ کے بھیجنے ضروری ہیں۔

صحیح حل سمرٹھ لٹا فہمیں منبر کے پاس ہے۔ اس کے ساتھ مطابقت ہونی چاہیئے۔ صحیح حل ایک اور دو غلطی والے

حل کو چاقو۔ سوٹی۔ فولکمبر۔ والی بال۔ ہاکی شٹک۔ رکیٹ یا کرکٹ کا بلا وغیرہ انعام بھیجا جائے گا۔ یہ سب چیزیں عمر اور قیمتی ہونگی +

دوسرا نہایت سہل معر جو شائع ہوگا

- ۱ ج ورت اب
 - ۲ ع ن ص ب ر
 - ۳ ت ا ر ی ک خ
 - ۴ ش ر ا ب ت
 - ۵ ش ع ا م ی ا ن
 - ۶ ن ا ر ن ج گ ی
- ایک ماہ
اس سے اکثر غلطی لگ جاتی ہے۔
- میوہ

نام	حل	نمبر نشان	حل	نمبر نشان	سپورٹس معر نمبر ۱۱
جامعت					نمبر ۱
کول		-		-	نمبر ۲
پتہ		+		+	نمبر ۳
		+		+	نمبر ۴
نقد اول		+		-	نمبر ۵
نقد دوم		+		+	نمبر ۶
حل قیمت		+		+	نمبر ۷
مینی آرڈر		+		+	نمبر ۸

اگر یہ معرے مقبول ہوئے تو انعام نقد بھی مقرر کئے جائیں گے۔

جمنائے سپورٹس کمپنی

سیالکوٹ شہر

گارنٹی :- مال ہرگز خراب و نقص دار نہ ہوگا۔ اگر خدا نخواستہ کوئی نقص یا خرابی نکل آوے۔ تو بغیر کوئی پیسہ چارج کئے اس قیمت کا مال فوراً تبدیل کر دیا جاوے گا۔

فوج - سکول - کالج اور رجسٹرڈ کلبیں کم از کم سو روپے کی خرید پر صرف پچیس فیصدی قیمت ادا کر کے باقی قیمت دو ماہ کے اندر ادا کر سکتی ہیں۔ یا مقررہ ماہوار اقساط سے بھی ادائیگی ہو سکتی ہے۔

سو یا سو روپے سے زائد خرید پر خرچ ریل کمپنی خود ادا کرے گی۔ بشرطیکہ قیمت نقد دی جاوے۔

ایک ہی چیز اگر دو درجن سے زائد خریدی جائے۔ تو سکول کالج یا کلب کا نام ہر چیز پر مفت لکھ دیا جاوے گا۔

ماسوائے ہکی و کرکٹ ٹینس وغیرہ کے بالوں کے۔

والی بال			
PR	DV	OK	AI
۲۱۲	۰	۰	۰
۲۸	۰	۰	۰
۲- کلبز			
۳- سکولز			
بیڈ منٹن ریکیٹ			
PR	DV	OK	AI
۱۰	۰	۰	۰
۰۱۲	۰	۰	۰
I			
II			
شٹل کاک			
PR	DV	OK	AI
۳	۰	۰	۰
۰۱۲	۰	۰	۰
* فی درجن			

ہاکی شٹل			
PR	DV	OK	AI
۰	۰	۰	۰
۰	۰	۰	۰
۱- فورسبز			
۲- کلبز			
۳- سکولز			
۴- طفلی			
والی بال			
PR	DV	OK	AI
۳	۰	۰	۰
۰۱۲	۰	۰	۰
۱- فورسبز			

فٹ بال

PR	DV	OK	A1
۸۰	۰۶	۸۰	۰۰
۴۰	۰۵	۸۰	۰۰
۲۰	۰۴	۸۰	۰۰
۱۰	۰۳	۸۰	۰۰

۱- فورسز

۲- کلبنز

۳- سکولز

۴- طفلی

ایک دو تین ساڑ کے فٹ بال چھوٹے بچوں کے لئے بھی

بائے کاتے ہیں۔ قیمتیں بارہ آنے سے لیکر تین روپیہ تک ہیں *

AI مشہور شکل کے گز کا ہے اور OK شکل کور کا۔ DV

بالعموم ۱۸ اصول کا ہوتا ہے *

فٹ بالوں کی شکل زجڑے کی گارنٹی ہے۔ چھوٹے اولیہ کا ہوتا ہے

کرکٹ میٹ

خاص بڑھیا میٹ (۱) سوڑ روپیہ (۲) تہیں (۳) تہیں

DV	OK	A1
۴۰	۰۹	۱۲۰
۲۰	۰۵	۰۸۰
۱۰	۰۴	۰۸۰

۱- فورسز

۲- کلبنز

۳- سکولز

۴- طفیلی میٹ ایک روپیہ لیکر چھ روپیہ ملا ہوتا ہے

ٹینس ریکیٹ - انگریزی و امریکن دونوں نمونوں کے

انگریزی ذرا گول اور امریکن ذرا لمبائی پر ہوتا ہے سگٹ

ہر ایک میں نہایت اعلیٰ قسم کی ہوگی *

A1 ولایتی بیت کا چھوٹا (۱) تیرہ روپیہ (۲) پندرہ روپیہ

(۳) اٹھارہ روپیہ (۴) اکیس روپیہ

A1 سفید ہتھوت کا چھوٹا (۱) ساٹ روپیہ (۲) نوٹ روپیہ

(۳) تیرہ روپیہ *

OK - چھ روپیہ - DV - پانچ روپیہ -

PR - چار روپیہ اور تین روپیہ -

طفلی - چھ آنے سے لے کر دو روپیہ تک

جال درجہ اول درجہ دوم

ہاکی ۲۵ روپیہ ۲۰ روپیہ

والی بال ۴ روپیہ ۳ روپیہ

فٹ بال ۲۲ روپیہ ۱۸ روپیہ

بیڈ منٹن ۴ روپیہ اڑھائی روپیہ

ٹینس ۱۴ - ۸ - ۶ - اور ۴ روپیہ

گیند

PR	DV	OK	A1
۱۰	۰۱	۰۲	۰۰
۱۲	۰۱	۰۲	۰۰

۱- کرکٹ

۲- ہاکی

PR	DV	OK	A1
۰۰	۰۵	۰۶	۰۰

باسکیٹ بال

باسکیٹ بال ہکا - دو روپیہ آٹھ آنے

باسکیٹ بال بورڈ مکمل - دس روپیہ

کرکٹ وکیٹیں - نہایت خوبصورت اور مضبوط

PR	DV	OK	A1
۳۰	۰۴	۰۰	۰۰

سامان مندرجہ بالا کے علاوہ دیگر ہر قسم کا

سامان کھیل مثل پنگ پونگ - ڈیک ٹینس

پولو - رسہ - گولہ وغیرہ کے سامان متعلقہ بھی بنا

اور مہیا کئے جاتے ہیں *

حفاظت اول

سڑک پر جاتے ہوئے ہمیشہ اپنے بائیں ہاتھ رہو۔ اگر تمہارے عقب میں کوئی اور شخص تیزی سے آ رہا ہے تو اوپر بائیں طرف سرک جاؤ تاکہ وہ گزر جائے +

سڑک عبور کرنا ہو تو ضرور ایک نظر دائیں بائیں دیکھ لو۔ اور تاکہ گاڑی موٹر یا سائیکل سوار آ جا رہا ہو تو ذرا دیر کے لئے رُک جاؤ۔ تاکہ اندھا دھند آگے بڑھ کر اس کی لمبیٹ میں نہ آ جاؤ +

اگر دیکھو کہ کوئی شخص عین سڑک بیچ میں جا رہا ہے۔ اور امکان ہے کہ کسی گھوڑے۔ گاڑی یا موٹر کی جھپٹ میں آ جائے گا۔ تو اسے اس طرح آواز نہ دو۔ کہ وہ خواہ مخواہ پریشان ہو کر ٹھٹھک جائے۔ اور گھبراہٹ میں بچنے کی کوشش کرتا ہوا جھپٹ میں آ جائے۔ ہو سکے تو فوراً اُس کے پاس پہنچ کر خطرہ سے آگاہ کرو۔ اور ایک طرف ہٹا دو یہ سپورٹس مین سپرٹ ہے +

خربودہ۔ نارنگی اور کیلے کے چھلکے یا اور ایسی چیزیں جن پر سے پھسلنے کا خدشہ ہو۔ بھول کر بھی گلی سڑک یا راستہ



میں نہ پھینکو دھندوستان میں اور سکولوں کالجوں کے لڑکوں میں یہ عادت بہت زیادہ ہے، بلکہ اگر ایسی چیز کہیں پڑی پاؤ۔ تو اُسے ضرور اٹھا کر ایسی جگہ پھینک دو جو ایسے کوڑے کرکٹ کے واسطے مقرر کی گئی ہو یا جہاں لوگوں کا گزرنہ ہو +

اگر خود ہاتھ سے اٹھانا یا پاؤں سے پرے ہٹا دینا

کسٹران سمجھو (حالانکہ ایسا کوئی پہلو اس میں موجود نہیں) تو کسی اور سے ہٹو دو۔ پہلا عمل سپورٹس میں بددیہیہ
اوتے ہے۔



سڑک یا گلی کوچوں
میں جہاں آمدورفت
عام ہو۔ مت کھیلاؤ۔

آتی جاتی گاڑیوں
کے پیچھے دوڑ دوڑ کر
مت چڑھو اور اثر ہو۔



خاطرات اول کے متعلق مفید تر معلومات آئندہ تمہارے میں ملاحظہ کریں

اصلاح دیہات

سرکار نے اس نام کا محکمہ ہندوستان کے تمام صوبوں میں محض دیہاتیوں کی فلاح و بہبود کے لئے قائم کیا ہوا ہے۔ پنجاب میں اس محکمہ کے ناظم اعلیٰ آج کل مشرف ایل اے برین ہیں۔ جو دیہاتیوں کی اصلاح کے واسطے جگہ جگہ جلتے کرتے ہیں۔ اور مختلف نصابی پوسٹر وقتاً فوقتاً شائع کرتے رہتے ہیں۔ کمال نربانی سے آپ نے ہمیں بھی ان نصابی کو پڑچھ میں شائع کرنے کے واسطے کہا ہے۔ چونکہ ہر پرچہ صحت، ورزش، کھیل اور مفید عام تحریکات کی نشر و اشاعت کے واسطے ہی ہے۔ ہم ان نصابی کو جن کا تعلق صحت، صفائی، ورزش، کھیل کو دے سکتے ہیں۔ بعد خوشی شائع کرتے رہیں گے جو ہر روش زمانہ دیہاتیوں میں بہت سی مضامین پیدا ہو گئی ہوئی ہیں۔ جیل اور فضول خرچی کے علاوہ ان میں سب سے زیادہ خرابی گندگی، کالہی اور سستی ہے۔ دیہاتیوں کی کسی زمانہ کی قابل رشک صحت اب بہت خراب ہو چکی ہے۔ ہمارے خیال میں اس کی وجہ یہ ہے کہ وہ اپنا فراغت کا وقت محض حقہ بازی اور خوش گمی میں گزارتے ہیں۔ اور یا معمولی باتوں کے جھگڑوں میں کھوتے ہیں۔ مندرجہ ذیل پوسٹر ان برائیوں سے بچنے کی ترکیب بتاتا ہے۔

کھیلو۔ کودو اور خوش رہو

اک بات بتاتے ہیں تمہیں کام کی اسے لو
جب کام سے فارغ ہو تو کچھ کھیل بھی کھیلو

کبڈی۔ پراکٹھی۔ سوچنی۔ کشتی۔ فٹ بال۔ ہاکی۔ ریسرکشی۔ والی بال۔ کودنا اور دوڑنا اچھے کھیل ہیں۔ آپ کے نوجوان اور لڑکے فالتو وقت میں کھیلتے ہیں۔

شیطان سے بچو

یاد رکھو۔ شیطان زندہ ہے۔ اور نوجوانوں کے وقت کو شیطانی کاموں میں لگانے کے لئے ہر وقت تاک میں لگا رہتا ہے۔ آپ کے نوجوان لڑکے جتنے تندرست اور طاقتور ہوں گے۔ اتنا ہی

ان کے فالتو وقت کے لئے کسی نہ کسی مشغلہ کی ضرورت ہے۔ انہیں کھیلوں میں حصہ لینے کی ترغیبیں کھیل کود میں مشغول رہنے سے وہ نہ صرف تندرست رہیں گے۔ بلکہ برائیوں اور شرارتوں سے بھی بچے رہیں گے۔ اگر ان کو کھیل کود کا موقع نہ دیا جائے۔ تو وہ شرارتیں کریں گے۔ اور اپنا وقت اور صحت شراب خوری۔ برائی۔ حقہ نوشی۔ سرکہ مولشی اور اغوا وغیرہ میں ضائع کریں گے۔ جس کا نتیجہ لڑائی و مقدمہ بازی ہے۔ اور جس پر بے انتہا روپیہ برباد ہوتا ہے۔

کھیلنے کو دل پر لاگت نہیں آتی

ان کھیلوں پر کچھ خرچ نہیں ہوتا۔ گاؤں کے باہر صرف ایک میدان کی ضرورت ہوتی ہے وہاں نوجوانوں کو فالتو وقت میں کھیلنے کے لئے مجبور کریں۔ اور ان کو سمجھائیں۔ کہ کھیل کے قواعد کے پابند رہیں۔ اور کھیلنے وقت فضول بحث اور لڑائی سے باز رہیں۔

لڑکوں کو بیکار نہ رہنے دو۔ ورنہ بچتاؤ گے۔

کھیلوں صلح و آشتی اور ضبط سکھاتی ہیں

کھیلوں میں مقابلہ کی غرض سے دیگر دیہات کے لڑکوں کو دعوت دیں۔ تحصیل اور ضلع کے زیر اہتمام ورزشی دنگلوں میں شامل ہوں۔ ہر روز فالتو وقت میں کھیلو اور ورزش کرو۔ اور ہفتہ و ماہ مقابلہ میں حصہ لو۔ اپنے گاؤں کے نوجوانوں کو مصروف رکھو گے۔ تو وہ خوش رہیں گے۔ انہیں کابل بناؤ گے۔ تو وہ اپنے آپ کو اور رشتہ داروں کو مصیبت میں ڈال دیں گے۔



ڈاکٹر۔ ورزش کرو۔ دواؤں سے دل مضبوط نہیں ہو سکے گا

(چند سالانہ پانچ روپے) بچوں کا ہفتہ وار رسالہ جس میں اچھی اچھی
 نظمیں، دلچسپ کہانیاں، علمی مضامین مفید
مونہار
 ریلوے روڈ - لاہور معلومات، لطیفے اور ترقیہ بھر کی خبریں درج ہوتی ہیں

سپورٹس

چیمبر لین روڈ، لاہور



سپورٹس اور صحت کے متعلق مفید مضامین اور جدید معلومات تمہارا کریموالا

ہندو روژہ رسالہ

سپورٹس مین

ششماہی ۸
فی پرچہ ۳

قیمت سالانہ
چار روپے

جلد ۱	یکم مئی ۱۹۳۵ء	نمبر ۲
نمبر شمار	مضمون	نمبر شمار
۱	سپورٹس مین	۸
۲	کرکٹ بورڈ	۹
۳	کرکٹ حیدر آباد کن	۱۰
۴	اخبار و تبصرہ	۱۱
۵	گولہ پھینکنا	۱۲
۶	سکاؤٹنگ و فیرج	۱۳
۷	نثار بار	۱۴
۸	اسٹریٹس کرکٹ	۱۵
۹	لطائف	۱۶
۱۰	ورزش داغ	۱۷
۱۱	خط و مقدم اور اپنا گھر	۱۸
۱۲	الغامی معتمہ	۱۹
۱۳	آئین جنگ	۲۰
۱۴	حفاظت چشم	۲۱
۱۵		۲۲
۱۶		۲۳
۱۷		۲۴
۱۸		۲۵
۱۹		۲۶
۲۰		۲۷
۲۱		۲۸
۲۲		۲۹
۲۳		۳۰
۲۴		۳۱
۲۵		۳۲

میاں عبدالحیدر، ایڈیٹر، پرنٹر، پبلشر نے مسلم پرنٹنگ ایس لاہور میں چھپوا کر دتر سالہ سپورٹس مین جیمبر لین بوڈ لاہور شائع کیا

بات چیت

پچھلے دنوں پیر و سکول رائٹنگ کے مشہور و معروف ہیڈ ماسٹر ناروڈ نے کہا تھا کہ ہمارے ہاں کھیلین چونکہ بیقاعدگی سے اور غیر منظم طور پر سکھائی اور کھیلی جاتی ہیں۔ اس واسطے ان کی اصلی غرض بالکل پوری نہیں ہوتی کھلاڑیوں کو نہ صحیح اصول معلوم ہوتے ہیں نہ ان میں سپورٹسین سپرٹ پیدا ہوتی ہے۔ اور نہ ہی صحت مند ترقی کے ضمن میں کوئی فائدہ پہنچتا ہے حالانکہ یہی ایک ایسی چیز ہے جو ان تمام کھیلوں اور تفریحی مشاغل کا خاص معیار ہے ولایت والے تو ایسی مفید نکتہ چینی سے بہت متاثر ہوئے ہیں۔ اور فوراً اپنی خامیوں کو درست کر لیتے ہیں۔ اور ایسے آدمیوں کی بہت قدر کرتے ہیں۔ کبھی خامی کی طرف توجہ دلاتے ہیں۔ حالانکہ وہاں عام طور پر تمام کھیلین منظم طریقے سے کھیلی جاتی ہیں۔ ہر باقاعدہ کی پابندی سختی سے کی جاتی ہے۔ اور ہر بات میں باقاعدگی کا خاص خیال رکھا جاتا ہے۔ سکولوں اور کالجوں میں کھیلوں کی مشق مسلسل و متواتر ہوتی ہے۔ اور کھیلوں کے فروغ اور ترغیب کے لئے پیشہ کار کتابیں رسالے اور اخبار شائع ہوتے ہیں۔ ہر شخص ان کی ضرورت محسوس کرتا ہے۔ اور شوق سے ان کا مطالعہ کرتا ہے۔ ہندوستان میں نہ معین اضلوں پر عمل ہوتا ہے۔ نہ کسی باقاعدگی کو ملحوظ رکھا جاتا ہے۔ اور نہ ہی تسلسل اور تواتر کے ساتھ باقاعدہ مشق کی جاتی ہے۔ البتہ ٹورنیمنٹ سے کچھ دن پہلے ضرور مشق شروع ہو جاتی ہے۔ مگر بازی کی ہارجیت کے ساتھ ہی یہ قطعہ ختم ہو جاتا ہے۔ اور اس کے بعد اس ضمن میں اس وقت تک کوئی دلچسپی نہیں لی جاتی۔ جب تک کسی میچ مقابلہ یا نمائش کا سلسلہ درپیش نہ ہو۔ اس لئے مسٹر ناروڈ کی تنقید کا اطلاق صحیح طور پر ہندوستان پر ہوتا ہے۔ ہمارے کھیلوں کی ترویج اور ترغیب کے لئے نہ کتابیں لکھی جاتی ہیں۔ نہ اخبار اور رسالے شائع ہوتے ہیں۔ اور نہ کوئی اور سلسلہ موجود ہے۔ حالانکہ اس بات کے پیش نظر کہ ہندوستانی نوجوانوں کی صحت و بدن گرتی جا رہی ہے۔ اس امر کی اشد ضرورت ہے۔ کہ ہماری درسگاہوں میں ان جملہ امور پر خاص توجہ اور زور دیا جائے۔ جو نہ کورہ مقاصد کو پورا کر سکتے ہوں۔

رسالہ سپورٹسین چونکہ اسی ضرورت اور مقصد کے ماتحت شائع ہو رہا ہے۔ اس لئے دیکھنا یہ ہے کہ اس وقت ضروریات کے ماتحت اس سے کیا کچھ خدمت لے سکتے ہیں اس لئے کامیاب بنانے میں کہاں تک ہمارا ہاتھ بٹا سکیں۔

کرکٹ بورڈ آف انڈیا

ہندوستان کی بڑی یافتہ قومیں جو کام بھی کرتی ہیں۔ خاص ضبط اور طریقہ کے ماتحت کرتی ہیں۔ اور یہی وہ راز ہے جس کی بدولت ہر سلسلے میں وہ کامیاب اور ممتاز نظر آتی ہیں کھیل اور ورزش ہندوستان میں نہایت معمولی اور بسا اوقات حقیر بات خیال کی جاتی ہے۔ مگر یورپ و امریکہ میں عام اور معمولی کھیلوں کے واسطے بھی نہ صرف خاص قاعدے اور قانون مقرر ہیں۔ بلکہ ان کے واسطے خاص اہتمام سے باقاعدہ مجلسیں کمیٹیاں اور بورڈ بنے ہوئے ہیں۔ ہر معاملہ باقاعدہ پیش ہو کر فیصلہ ہوتا ہے۔ درج رجسٹر ہوتا ہے۔ شائع ہوتا ہے۔ اور تمام متعلقہ اشخاص کو اس کا پابند ہونا پڑتا ہے۔ کسی کھلاڑی سے کوئی لخرش ہو جائے۔ تو اس سے پیسہ منگایے میں حصہ لینے سے روک دیا جاتا ہے۔ یہی مجلسیں کھیلوں کے متعلق قاعدے و قوانین بناتی ہیں۔ اور ملک میں انہیں رائج کرتی ہیں +

ہندوستان میں بھی انگریزی کھیلوں کی مجلسیں ہیں۔ مثلاً انڈین ہاکی فیڈریشن۔ انڈین فٹ بال ایسوسی ایشن اور بورڈ آف کنٹرول فار کرکٹ ان انڈیا۔ کرکٹ بورڈ کا صدر مقام پہلے کلکتہ تھا۔ اب نئی دہلی ہے۔ اس کے ساتھ بال فعل جنوبی پنجاب، شمالی ہند۔ دہلی۔ ممبئی۔ ہمارا مشترکہ مدراس اور وسطی ریاستوں وغیرہم کی سنزہ کرکٹ ایسوسی ایشنیں ملتی ہیں ہر ایسوسی ایشن سو روپیہ سالانہ فیس الحاق ادا کرتی ہے۔ اور ایک دفعہ الحاق کے بعد اگر کوئی انجمن علیحدہ ہونا چاہے تو اسے بارہ ماہ کا نوٹس دینا پڑتا ہے۔ ہندوستان کے کرکٹ ٹورنمنٹوں کا انتظام انجمنوں میں ہوتا ہے۔ انتخاب بھی بورڈ کرتا ہے۔ ممبئی جو ہندوستان سے باہر جائیں یا باہر سے یہاں آئیں۔ ان کے متعلق تمام انتظام و اہتمام اسی بورڈ سے متعلق ہے۔ اور ان کے متعلق جملہ ضروری احکام بھی یہی بورڈ جاری کرتا ہے۔ ہر سال ماہ فروری میں اس بورڈ کی ایک مجلس عام منعقد ہوتی ہے۔ جس میں وائس پریزیڈنٹ چانچلر وغیرہ عمدہ فاروق کا انتخاب ہوتا ہے۔ آج کل اس بورڈ کے سرپرست خاص لارڈ ونگلڈن وائس پریزیڈنٹ ہیں۔ ہمارا چیرمین ہمارا چیرمین اور نواب بھوپال سرپرست عمومی ہیں۔ پریزیڈنٹ سرسکند جیات خاں ہیں۔ اور آٹھ وائس پریزیڈنٹ ہیں۔

ذریعہ آمدنی اس مجلس کا یہ ہے کہ تمام طائفہ انجمنیں سو روپیہ سالانہ فیس ادا کرتی ہیں۔ اور ٹورنمنٹ میں شامل

ہونے والی ہر ٹیم انجمن کو سو روپیہ فیس داخلہ ادا کرتی ہے۔ بیچ دیکھنے کے لئے ٹکٹ لگایا جاتا ہے۔ اس سے بھی کافی رقم وصول ہو جاتی ہے۔ اور چونکہ اس بورڈ کے بڑے بڑے اعلیٰ افسر حامی ہیں۔ اس لئے عطایا سے کی صورت میں بھی بہت کچھ ملتا رہتا ہے۔

حیدر آباد دکن میں کرکٹ

ایک نہ کھیل ہونے کی وجہ سے ہندوستان میں پہلے پہل کرکٹ کا بہت رواج ہو گیا۔ مدرسوں اور کالجوں کی نوابات ہی کیا ہے۔ چھوٹے چھوٹے بچے گلی کو چوں میں گلی ڈبڈے کی طرح کھیلنے لگے۔ آہستہ آہستہ یہ رواج پھیلنے لگا۔ مدرسوں سے اس کا چرچا اٹھ گیا۔ اور خیال ہونے لگا۔ کہ کھیل اب زیادہ دیر تک نہیں کھیلایا جائیگا۔ لیکن جنگ عظیم کے بعد پھر اس میں کمی نہیں آئی۔ آج کل پھر یہ دلچسپ اور قابل ذکر کھیل زوروں پر ہو رہا ہے۔ ہندوستان کے تمام صوبوں اور ریاستوں میں اس کی کھیل بن گئی ہیں۔ اور ان میں نہ صرف آل انڈیا ٹورنمنٹ میں حصہ لیتی ہیں۔ بلکہ بیرون ملک ولایت کینیڈا اور آسٹریلیا تک بیچ کھیلنے جاتی ہیں۔ ان تمام امور کا بندوبست ہندوستان کا کرکٹ بورڈ اپنے خاص قوانین اور قواعد کے ماتحت کرتا ہے۔

ہندوستان کے دیگر صوبوں اور ریاستوں سے قطع نظر کرکے اس وقت حیدر آباد میں کرکٹ کے فروغ اور اس کے متعلق عام دلچسپیوں کا ذکر کرتے ہیں۔ جن کی بدولت ہندوستان میں کرکٹ کو دوبارہ عروج نصیب ہوا جس طرح عام اصلاحی معاشرتی اور تمدنی امور میں یہ ریاست سب سے پیش پیش ہے اسی طرح ورزشی اور تفریحی کھیلوں کے سلسلے میں بھی اس کا نام نمایاں نظر آتا ہے۔ اور کرکٹ کے ضمن میں تو ہندوستان بھر میں اسے امتیازی حیثیت حاصل ہے۔ اس امتیازی حیثیت کا سہرا نواب معین الدولہ بہادر کے سر ہے۔ جن کی سپورٹسین سپرٹ اور فیاضی نے محض تین سال کے تعلیم عرصہ میں حیدر آبادی کرکٹ کو ایک بین الاقوامی شہرت دے دی ہے۔ مشہور دی سکرٹری کرکٹ ایسوسی ایشن تمام نظم و نسق کی روح رواں ہیں۔ اور ان سب پر تاجدار دکن کا دست شفقت ہے۔ جنہوں نے کل ایچ جیسے شہرہ آفاق کھلاڑی کو خزانہ مکرار سے تنخواہ دے کر اپنی ریاست میں کرکٹ کی تعلیم پر مامور کیا ہوا ہے۔ بل صاحب نے محض دو سال کے عرصہ میں جاگیردار کالج اور عثمانیہ یونیورسٹی کے لوگوں کو اس خوبی سے ٹرینڈ کیا ہے۔ کہ مستقبل قریب میں

بین الاقوامی مقابلوں میں ہندوستان اور بالخصوص ریاست کے نام کو چار چاند لگا دیں گے۔
علاوہ ازیں مشقی مقابلوں اور روزمرہ کی پریکٹس کے ساتھ عام مقابلوں اور ٹورنمنٹوں میں کامیاب ہونے کے لئے ہر عمر اور ہر طور سے کھلاڑیوں کی الگ الگ ٹیمیں بنی ہوئی ہیں جو پورے ضابطہ و انتظام کے ماتحت مساوی حیثیت کی ٹیموں سے ہر سال مقابلہ کرتی ہیں۔ اور بڑی ٹیموں کی طرح کامیاب ہونے والی چھٹی ٹیموں میں انعامات تقسیم کئے جاتے ہیں۔ چنانچہ ان مدارج کے لحاظ سے ہر سال آٹھ ٹورنمنٹ منعقد ہوتے ہیں۔ جن کی تفصیل ہے۔

۱۔ پرائمری سکول ٹورنمنٹ۔ اس ٹورنمنٹ میں بارہ سال عمر کے ان بچوں کو شامل کیا جاتا ہے۔ جن کا قد ساڑھے چار فٹ تک ہو۔ ایسی پانچ چھ ٹیمیں ہر سال آخری مقابلے میں شامل ہوتی ہیں جیتنے والی ٹیم کو نوآ معین الدولہ بہادر کا انعامی کپ دیا جاتا ہے

یہ ٹورنمنٹ بڑی بڑی مشہور ٹیموں اور کھلاڑیوں کے ٹورنمنٹوں سے بھی زیادہ پُر لطف ہوتا ہے۔ جیسے ٹیچر بچے جب چھوٹا سا بیٹا کھڑے میں لے کر دوڑتے ہیں تو بہت ہی بھلے معلوم ہوتے ہیں۔ اور ان بلیٹوں کا زور میں آکر گیند کے ساتھ ہی ساتھ لڑھکتے چلے جانا۔ جوش سے بڑھنا۔ جھبک کر ہٹنا اور مستعدی سے پکنا تو ایسا جی کو بھاتا ہے کہ دیکھتے جاو طبیعت سیر نہ ہوگی۔ اس کے علاوہ ان کی حادثہ بین اور ایک دوسرے کو ہٹائیں کچھ کم ڈسپ ہیں ہوتی۔ مزے کی بات یہ ہے کہ اس ٹیم میں بھی قاعدے اور قانون کی ایسی پابندی کرتے ہیں کہ طبیعت خوش ہو جاتی ہے۔ اور سپورٹس پرٹ جو ایک سچے کھلاڑی کا جمیع جو ہر ہے۔ ان کی ذات میں اس کی نمایاں جھلک

نظر آتی ہے۔
۲۔ مڈل سکول ٹورنمنٹ۔ اس ٹورنمنٹ میں چودہ سال عمر کے وہ بچے شامل ہوتے ہیں جن کا قد پانچ فٹ تین انچ تک ہو۔ وہ بچے جو اپنی غیر معمولی نشوونما کی وجہ سے پرائمری سکول ٹورنمنٹ میں حصہ نہیں لے سکتے

وہ اس میں شامل ہو جاتے ہیں۔ اس ٹورنمنٹ کا انعامی کپ بھی نواب معین الدولہ بہادر دیتے ہیں۔
۳۔ ہائی سکول ٹورنمنٹ۔ اس ٹورنمنٹ میں ۱۸ سال سے کم عمر کے لڑکے شامل ہوتے ہیں۔ قد کی کوئی قید نہیں۔ اس میں بہت سی ٹیمیں شامل ہوتی ہیں۔ اور انعامات انجمن ورزش و کھیل تقسیم کرتی ہے۔

۴۔ کالج ٹورنمنٹ۔ اس ٹورنمنٹ میں شامل ہونے کے لئے نہ عمر کی کوئی قید ہے نہ قد کا لحاظ۔ تمام سکول اور کالج شامل ہو سکتے ہیں۔ عوام اور کھلاڑی اس ٹورنمنٹ میں خاص حصہ لیتے ہیں۔ کیونکہ اس ٹورنمنٹ میں کامیاب ثابت ہونے والے کھلاڑی کو ریاستی ٹیم میں شامل کر لیا جاتا ہے۔ ٹورنمنٹ کا انعامی کپ

نواب سالار جنگ بہادر نے دیا ہوا ہے۔

۵۔ جیدر آباد کرکٹ شیلڈ۔ اس میں وہ ٹیمیں حصہ لیتی ہیں جن کا الحاق ایسوسی ایشن سے ہوا ہے۔ پچھلے سال

اس ٹورنمنٹ کی ٹیموں نے ۶۰ فائیو کھیلے تھے۔

۶۔ بہرام الدولہ ٹورنمنٹ اس ٹورنمنٹ میں تمام ریاست کی عام ٹیموں اور کلبوں کے مقابلے ہوتے ہیں

انعامی کپ سونے کا ہے۔ اور نواب معین الدولہ کا عطا کردہ ہے۔

۷۔ معین الدولہ طلائی کپ ٹورنمنٹ یہ ٹورنمنٹ اسٹیم میں نواب معین الدولہ بہادر نے جاری کروایا

تھا۔ پہلا طلائی کپ راجہ کاروزیا نگرم ٹیم نے جیت لیا اور نواب صاحب نے ان کو ہمیشہ کے لئے عطا کر دیا۔

اور پانچ ہزار روپے کی مالیت کا ایک کپ اس ٹیم کے لئے مقرر کیا۔ جو متواتر تیس سال اس ٹورنمنٹ میں

اول رہے۔ ایک ٹیم نام "غفری لوڈز" اسٹیم میں اول رہی۔ اسٹیم میں بوجہ آمد ایم۔ سی ٹورنمنٹ ہی نہ

نہ ہوا۔ اور اسٹیم میں یہ کپ ریٹرن ہونڈ ٹیم لے گئی۔ اس ٹورنمنٹ میں جتنی بھی ٹیمیں حصہ لیں۔ سب نواب

صاحب بہادر کی ہمان ہوتی ہیں۔ چونکہ اس ٹورنمنٹ میں سارے ہندوستان کی منتخب ٹیمیں اور بیرونی ہند

کی مشہور ٹیمیں شامل ہوتی ہیں۔ اس لئے اس ٹورنمنٹ میں شامل والوں کو ایسی ایسی مفید اور کارآمد باتیں معلوم

ہوتی ہیں۔ جو ان کے لئے کامیابی کے کئی رستے کھول دیتی ہیں۔

۸۔ محکمہ کرکٹ ٹورنمنٹ اس ٹورنمنٹ کے لئے ہمارا جہ سرکیشن پر شاہ بہادر نے انعامی کپ دے رکھا

ہے۔ سرکار نظام کے تمام محکموں کے ملازمین اس میں شامل ہوتی ہیں۔

مریض۔ مجھے معلوم تھا
تو بلاتا کیوں
ڈاکٹر۔ کسی اور کو بلا کر
بیماری تشخیص
کراؤ۔ دوائی
میں بھیج دے گا۔



۱۰۵

سپورٹس

ڈاکٹر۔ مجھے کہیں بلایا
مریض۔ آپ کا ہمتار
دیکھ کر
ڈاکٹر۔ آپ کو کیا
بیماری ہے۔

اخبار و تبصرہ

برل ۲۷	منظورہ کل ۶۶
دلسن ۱۰	زاید ۱۵
مرچنڈ ۵	۸۱
مورگن ۱۱۰	
ریمیز ۷	
زاید ۱۳	
کل ۳۹۴	

سلور جوہلی کرکٹ کے موقعہ پر نشوونما میں جو میچ
این آئی سی۔ اے (ناردرن انڈیا کرکٹ ایسوسی ایشن) اور
”بقیہ کھلاڑی“ کے درمیان ہوا۔ اس میں بقیہ بھاری کی
اچھی دگت بنی نتیجہ یہ رہا۔

بقیہ محمد سعید ۴	ناردرن انڈیا =
مجید ۲۴	ڈاکٹر دوسا ۳۵
گلزار ۴	امیر حسین ۲۰
محبوب ۱	اصغر لطیف ۰
محمد شاز ۰	اسد رضا ۱۲
اظہر ۶	ہمایوں ۴۱
شریف ۰	پڑی ۲
کرشن ۱	سعید احمد ۰



N. D

ولایت میں اب کرکٹ کا
موسم شروع ہوا ہے باغفلٹ
کلاس کرکٹ کے مفصلہ ذیل میچ
مقرر ہوئے ہیں۔

جگہ مقابل میں
لارڈز فیلڈ ۱۰۰ ایم سی سی: یارکشائر
اوول فیلڈ: سرے: ہمرلیٹ
اکسفورڈ فیلڈ: اکسفورڈ: وورلیٹ شائر
کارڈف فیلڈ: گیٹسہڈ: سیکس
ہنگم فیلڈ: وارکشائر: گلریشائر
لیسٹر فیلڈ: لیسٹر شائر: جنوبی افریقی
کیمبرج فیلڈ: مختلف ٹیمیں

ارل کرومر کی جگہ ولایت کی مشہور کرکٹ ایم سی سی
کے پریذیڈنٹ ۳۵ کے واسطے لارڈز کو بہ منتخب ہو گئیں

لاہور جہانہ اور مظہرہ کرکٹ ٹیم نے لارنس باغ کے
میدان میں جو میچ کھیلا اس میں مظہرہ کو شکست فاش ہوئی
نتیجہ یہ رہا

لاہور جہانہ: محمد سعید ۱۳۱

وکیلی میں فٹ بال کپ کے واسطے جو
فائنل میچ ہوں گے۔ ان کا ریفری
مسٹر اے۔ ای نوگ مقرر ہوا ہے
مسٹر نوگ نہایت خوش خلق ملنا



منکسر المزاج آدمی ہے۔ مگر میدان مقابلہ میں کسی کو
خاطر میں نہیں لاتا ہے۔ صرف اپنے ضمیر کی آواز پر چلتا
ہے۔ اور کسی کی رورعایت نہیں کرتا وہ ایسا فرض
شناس ریفری ہے کہ کسی ٹیم کو اس کے خلاف کوئی شکایت
کبھی پیدا نہیں ہوتی۔ کاش ہندوستان میں بھی
ایسے فرض شناس اسٹگو اور سلامت رو ریفری اور
ایمپائر پیدا ہو جائیں۔

ہیرا ۲	مبارک ۴
رونبر ۰	پرکاش ۱۶
بھٹی ۴	امیر لکھی ۴
نثار احمد میر علی ۲۳	نذیر ۱۹
نذیر ۱۶	کل ۱۵۳
کل ۸۵ آٹھ اوٹ ہوئے۔ دو ابھی کھیل رہے تھے۔	

دلدار حسین جس نے ایم۔ سی۔ سی میں جارجاؤن کالج
کیا تھا۔ آج کل کیمبرج میں تعلیم پا رہے وہ ہندوستان کا
سب سے بہتر وکٹ کیپر ہی نہیں۔ بلکہ بہت اعلیٰ بیٹس مین بھی
ہے۔ خیال ہے کہ ان صفات کی وجہ سے کیمبرج یونیورسٹی
اسے ”بلو“ کا خطاب دے دیگی۔ یہ خطاب ان کھلاڑیوں
کو دیا جاتا ہے۔ جو کرکٹ میں خاص شہرت حاصل کریں۔
پنجاب کا مشہور کھلاڑی سمر علی بھی ان دونوں میں ہے
کوشش کرے تو وہ بھی بلو کا خطاب حاصل کر سکتا ہے۔

خاں بہادر عبدالغفور فٹ بال ٹورنمنٹ کے موقع
پر لکھنؤ میں ایک فوجی ٹیم اے ایل حسرت اور مسلم ٹیم مین ایسٹ
ایشن مین فٹ بال کا مقابلہ تھا۔ حسرت والوں نے پینٹی کلک
سے ایک گول کیا۔ اور دس منٹ بعد ایک اور گول کیا۔
مسلم ٹیم سپورٹسمن سپرٹ بھول گئی اور جوش میں آکر تیز
اور غلط کھیلنے لگ گئی۔ ریفری نے ایک کھلاڑی کو مطابق
قواعد بہت فاول کھیلنے پر خارج کر دیا۔ اس پر ساری کی
ساری مسلم ٹیم میدان کھیل سے باہر آ گئی۔

ہمیں تو یہ سپرٹ پسند نہیں۔ اور نہ کوئی کھلاڑی پسند
کرے۔ نہ کھیل ہی کیا ہوا جس میں غصہ اور ناچائز
جوش آجائے۔ اور قواعد کی بدواں کی جائے۔ یہ کام کچھ

سندھ کرکٹ ایسوسی ایشن کراچی میں سیل کے نزدیک
...۔ مریچ گزرتے ہوئے ایک سٹیڈیم بنوانیکی تجویز کر رہی ہے
اس پر سات لاکھ روپے لاگت آئے گی۔ اور اس میں
... ۱۵ آدمی سما سکیں گے۔ اس سٹیڈیم میں کرکٹ فٹ بال
ہاکی ٹینس وغیرہ کھیلوں کے میدان ہوں گے۔ اور ایک
بڑا تالاب نہانے اور تیرنے کے لئے بھی بنایا جائے گا۔
اسی طرح کا ایک سٹیڈیم بمبئی بنانیکی تجویز بھی ہو گئی ہے

انہی کے دم سے چمچسپ اور کامیاب رہا۔ بقیہ بمبئی کے طریق سے صاف عیاں ہو رہا تھا۔ کہ ٹیم میں جب تک ایک جہتی باقاعدگی اور نظم و نسق کا سلیقہ نہ ہو۔ بہترین سے بہترین کھلاڑیوں کی موجودگی میں بھی مقابل فریق پر فتح پانے کا موجب نہیں ہو سکتی۔



کلیتہ میں اے۔ آئی۔ ایل۔ ٹی۔ اے رائل انڈیا یا لائن ٹینس ایسوسی ایشن کے زیر اہتمام جو ٹینس کے میچ ہوتے ہیں۔ ان میں سب سے دائرہ کھلاڑیوں نے حصہ لیا۔ زیکو سلوویکیا کے چارٹرڈ آفاق کھلاڑی بھی شامل تھے جس انتظام اور پر لطف طریق کار کی بدولت عوام نے جس ذوق و شوق سے حصہ لیا۔ اس کی بنا پر ہم کہہ سکتے ہیں کہ یہ میچ دنیا کے اہم ٹینس میچوں کے برابر تھے۔ ٹینس کے معاملہ میں کلیتہ بمبئی اور مدراس سے بہت آگے ہے +

مطراہل ایس ڈین کنٹرولر ریلوے اکاؤنٹس دہلی کی موسٹ ٹینس کو نقصان عظیم پہنچا ہے۔ بین الاقوامی میچوں میں وہ ہندوستان کے نمائندہ تھے۔ ڈیوس کپ کے میچوں کے موقعہ پر ۱۹۲۱ء میں ڈاکٹر فیضی کے ساتھ امد ۱۹۲۳ء میں مسٹر جیکب کی ہمراہی میں۔ وہ فائنل میچوں میں آگئے اور ۱۹۵۷ء سے لیکر ہندوستان میں ہر سال یا

اور نا تجربہ کار کھلاڑیوں کا ہوتا ہے۔ ایسی باتوں کا موقع نہ دینے کے لئے ضروری ہے کہ ”تعلیم کھیل“ اور ”صحیح اصول“ شروع سے ہی بچوں میں مروج کی جائے



کلیتہ کا ۳۵-۳۶ء کا نسوانی ہاکی ٹورنیمینٹ ختم ہو چکا ہے۔ اس ٹورنیمینٹ میں یہودی اڑکھیل

کی ایک ٹیم ”چوہنی چمچے“ (سپوز) کا نام بہت مشہور ہوا ہے۔ جہاں بھی مقابلہ ہوا۔ چوہنی چمچے ٹوٹ گئے۔ بھلا ایسی نازک چیز قوت اور طاقت کا مقابلہ کیسے کر سکتی ہے اس ٹیم نے آپ تو تیس گول وصول کئے۔ مگر اور کسی کو ایک بھی نہ کیا۔

لیڈی ڈیگارت کپ (کلیتہ) فائنل میں ”مڈے“ رگرس ہاڈز مت وارنگاں ”روانڈرندا سے ایک گول چمکت کھا گئے۔ دونو نسوانی ٹیمیں بہت خوبی سے کھیلیں۔

سلور جوہلی فنڈ کی امداد میں جو میچ ”بقیہ بمبئی“ اور ”بمبئی جہانہ“ نسوانی ٹیموں میں ہوا۔ وہ ہاکی کی تاریخ میں اپنی نظیر آپ نہ تھا۔ اس کی کل آمدنی سے تین ہزار روپے کی رقم جوہلی فنڈ میں دے دی گئی ہے۔ اس مقابلہ میں جہانہ ٹیم جیت گئی۔ مس لڈن۔ مس آئیر اور مس بیٹنغونہ نے کمال فن کا قابل تعریف ثبوت دیا۔ سا کھیل ہی حاصل

ہندوستان کے مشہور ٹینس کھلاڑی
سومن لال نے ایک ملاقات کے
دوران میں ہندوستان کی
عام کھیلوں بالخصوص ٹینس کے



متعلق اپنے خیالات کا اظہار کیا۔ انہوں نے کہا کہ
ہندوستان میں کوئی کھیل بھی صحیح طریق پر منظم و باقاعدہ
نہیں۔ کرکٹ کو تھوڑا بہت عروج ہو رہا ہے۔
مگر ٹینس کی حالت دل بدن خراب ہو رہی ہے۔ بہتر ہو
کہ کرکٹ کی طرح ٹینس کے واسطے بھی بیرون ہند کے ایک
ماہر فن بلایا جائے۔ وہ سارے ہندوستان کا دورہ کرے۔
اور خاص خاص جگہ کچھ مدت ٹھہر کر شوقین کھلاڑیوں کو
اس فن میں طاق کرنے کے سبق دے۔ ملک کی اچھی اچھی
کلبیں ایک خاص رقم بطور چنڈہ دیکر اس استاد کے اخراجات
کی کفالت بنیں۔ آخر چار یا پانچ سب سے اچھے کھلاڑی نام یورپ
امریکا کی دورہ میں وہاں کے کھلاڑیوں سے میچ کھیل کھیل کے
تجربہ حاصل کریں اور پھر ہندوستان کی طرف سے بین الاقوامی
آخریدہ انہوں نے فرمایا کہ یہ سب انتظامات کچھ بھی خاندانہ
رساں نہ ہونگے۔ جب تک یہ تمام کام خاص طور پر مرتبہ
منظم نہ ہو۔ اور جب تک صحیح سپورٹسمن سپرٹ پیدا نہ ہو۔
ان سب کے واسطے نہایت ضروری ولادہ ہی ہے کہ اس شاہی
کھیل کے سبق اب تک عمر سے ہی شروع ہوں۔ اسکولوں اور
کالجوں کے ٹورنمنٹوں میں دوسری کھیلوں کے ساتھ ٹینس
کو بھی رکھا جائے۔ بیڈمنٹن جو کہ ٹینس کی بہن ہے۔

دو سب سے سال تو ٹینس میچ ہوئے۔ ان سب میں انہوں نے
فتح پائی۔ اور باون سال کی عمر میں بھی سپورٹسمن ہونے کی
وجہ سے جوانوں کی جتنی قوت اور استعدادی ان میں موجود تھی

پچھلے دنوں بمقام ڈی ٹینس ٹیموں میں مقابلہ ہوا
رنیر سنگھ رکھپور قلعہ اور بیٹی جھنگ گھسیٹے آئے۔ رنیر سنگھ
جیت گیا۔ مسٹر سومن لال نے مسٹر عظیم اور پھر رنیر سنگھ کو
شکست دی۔ ڈبلز میں سومن لال رنیر سنگھ نے بیٹی انیس کو ہرا دیا

پنجاب ٹینس ٹیموں میں جو مقابلہ ہوا۔ اس میں اگرچہ
یوگوسلاویا کے کھلاڑی ماری بازیالے گئے۔ مگر پنجابی
کھلاڑیوں نے کمال فن کا انہوں نے بھی اعتراف کیا ہے
ان میچوں میں سارے کھلاڑی پنجاب کے ہی تھے صرف مسٹر
بلیک اور جرج کراچی اور ملکیت سے لگے تھے۔

ویٹرن انڈیا ٹینس ٹورنمنٹ میں ہندوستان بھر کے
مشہور و معروف کھلاڑی شامل ہوئے۔ خاص طور پر قابل ذکر
میسر سومن لال۔ بوب۔ اپاپا۔ کرشنا سوامی چرنیمو اعظم
رنیر سنگھ۔ اوبالا گوبال سنگھ۔ یوگوسلاویا کے چاروں کھلاڑی
یہاں بھی حصہ دار تھے نتیجہ سنگھ میں پیلیڈانے پُن سیک
کومس سینڈمین نے مس روکو شکست دی ڈبلز میں بن
سیک اور پیلیڈانے کرشنا سوامی اور کلیمچوک کو اور مس
سینڈنگ اوبالا ڈرڈ نے مس ٹینس اور پٹ کو شکست دی۔

گی۔ چودھری صاحب نے پچھلے سال ہی بی۔ اے پاس کیا تھا۔ ساڑھے پانچ گھنٹہ قذ ہے۔ چھریا بدن مگر خوب گھٹتا ہوا۔ مٹر انیل پنجاب کے آپریٹو سائیکلوں کے رجسٹرار کی نگاہ انتخاب اس کمال کی وجہ سے چودھری صاحب پر پڑی چنانچہ سنا ہے کہ وہ انسپکٹر بنکس نامزد ہو گئے ہیں۔

گوجرانوالہ پنجاب میں جو کشتی دنیا کے نامی گرامی پہلوانوں میں جوہلی فن کی امداد کے واسطے ہوئی۔ اس میں ہندوستانی پہلوان نے یورپی پہلوان کو ایک منٹ سے بھی کم عرصہ میں چاروں شانے چت گرایا۔

میر انجن ڈوڑ کی طرز پر پنجاب میں پہلی مرتبہ سولہ جوبلی جشن کے موقع پر سکاؤٹ ڈوڑس گئے۔ ہم نے پہلے نمبر میں میر انجن کے متعلق عوام کی واقفیت کے واسطے ایک مضمون لکھا تھا۔ اکثر کھلاڑیوں اور تعلیم یافتہ کو بھی اس سے واقفیت نہ تھی۔ پنجاب میں بھی پہلی دفعہ اس پر عمل ہوا ہے۔ پنجاب کے تین ہزار سکاؤٹ اس کام میں محمود ہیں۔ چیمبر دیکر پنجاب سے ملحقہ ریائیں اور پنجاب کی ہر ڈویژن سے سکاؤٹ پیغام مبارکبادی کے روانہ ہو گئے ہیں۔ غنڈے غنڈے غنڈے فاصلہ پر دیکر سکاؤٹ متعین ہیں۔ سخن بیان سات سکاؤٹ سات تاریخ صبح ۸ بجے لاہور ٹکٹو پلک ہر ڈویژن اور ریاست کا پیغام مبارکباد ہر ایک لینی گورنر سر ہر برٹ ایرسن کو آپہنچائیں گے۔ جو

وہ نو سکولوں میں کچھ کچھ رواج پکڑ رہی ہے۔ اگر ٹینس پر کالجوں میں خاص زور دیا جائے۔ تو کافی کامیابی کی امید ہو سکتی ہے۔

مگر کالجوں کا حال ذرا افسوسناک ہے۔ ایک دفعہ چند کالجیٹ کھلاڑیوں نے مٹر سوہن لال سے کہا کہ ہمارے پریزیڈنٹ صاحب کے ذرا ہماری سفارش کیجئے۔ کہ اگر ہر روز نہیں تو دوسرے دوسرے دن تو نیا بال منایت کر دیا کریں۔ ہفتہ بھر میں ایک بال نہیں ملتا ہے۔ اس سے کیا پیکٹس ہو؟ جب مٹر سوہن نے پریزیڈنٹ صاحب کے سفارش کی۔ تو وہ جھٹ سے ایک پرانا گیند اٹھا لائے اور زمین پر مارنے کے بعد فرمایا۔ دیکھو مٹر سوہن لال۔ یہ گیند نا حال کیا اچھلتا ہے۔ حالانکہ صرف دس دن کھیل گیا ہے۔ مجھ سے سفارش کرنے کی بجائے آپ لوگوں کو اتنی فضول خرچی سے روکیں جب ہٹاؤ کی واقفیت کا یہ حال ہو۔ تو وہ کھیل کیا ترقی کرے گی؟

پچھلے ماہ دھول منسل لکھنؤ تحصیل وزیر آباد منسل گوجرانوالہ پنجاب میں کواپریٹو ڈوڑے منایا گیا۔ دالی بال۔ دوڑ کشتی۔ رستہ کشتی اور کبڈی وغیرہ کا مقابلہ ہوا۔ کبڈی میں وزیر آباد کی ٹیم نے ایل کپ جیتا۔ فتح کا سہرا چودھری سردار احمد صاحب بی۔ اے۔ کے سر پہ طبعیت کس قدر خوش ہوتی ہے۔ جب ایک بی۔ اے کا نام کبڈی کے ضمن میں آتا ہے۔ ہندوستان بھر میں یہ خاص مثال ہو

ان ہتھیاروں کو شہنشاہ معظم کے پاس روانہ کر دیں گے۔

سماں بندھ جاتا ہے۔ نیز سکاؤٹ ورہ بائناں سے کپا
تک دوسو میل کے فاصلہ میں اونچی اونچی پہاڑیوں پر آگ
جلائیں گے۔ یہ سین بھی قابل دید ہو گا۔

۲۰۰ میٹر ہر ڈل دوڑ کا ریکارڈ پہلے ۲۳ سینکڑہ مسٹر
برکنز نے ۱۹۰۶ء میں قائم کیا تھا۔ اس سال مسٹر مارٹن
نے ۲۳ سینکڑہ میں اس فاصلہ کو طے کر کے ریکارڈ مات کر دیا

کلکتہ یونیورسٹی نے بھی آکسفورڈ اور کیمبرج کی طرح
کشتیوں کی دوڑ کو باقاعدہ جاری کر دیا ہے۔ اس سال سی
ووڈ میں سینٹ زیویر کالج اول رہا۔

سلور جوبلی کے موقع پر بمبئی میں سبھی ہونی موٹر کا
ایک جلوس نکلے گا۔ یورپ میں تو ایسے جلوسوں کا عام سبب
ہے۔ مگر ہندوستان میں میراتھن دوڑ کی طرح یہ پہلا موقع
ہے۔ ہشتہار بازوں اور موٹر کے تجاروں کے لئے خوب
موقع ہو گا۔

میلنگ کمپل شہر موٹر دوڑ باز نے ڈسے ٹو نا بیچ
کے میدان میں بلورڈ کار میں دوسو میل فی گھنٹہ کی رفتار
سے پہلا ریکارڈ مات کر دیا ہے۔ لطف یہ رہا کہ ادھر
تیز رفتاری کے لئے اول انعام پایا۔ ادھر جب صاحب کار
لندن آئے تو وہاں موٹر کو شہر میں تیس میل فی گھنٹہ سے
زائد چلانے کے جرم میں آپ کا چالان ہو گیا اور ایک
پونڈ جرمانہ۔ اس سن انتظام کا مقابلہ ذرا ہندوستان
سے کیجیے۔ اور یہ بین تعادلت رہ از کجا است تا کجا۔

۱۔ مٹی کو حین جوبلی والے دن کشمیر کے باٹے سکاؤٹ
دریائے جہلم میں کشتیوں کا جلوس نکالیں گے۔ اور رات کو
تمام عمارات بربل دریا اور تمام ماؤس بوٹوں پر چراغان ہو
دریا میں درجیل ڈل میں اس روشنی سے غضب کا پر لطف

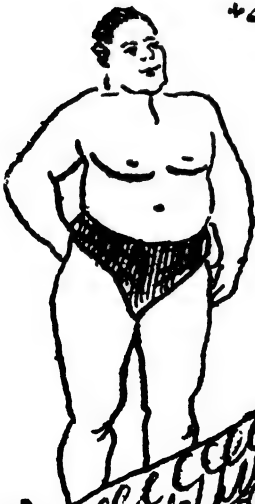




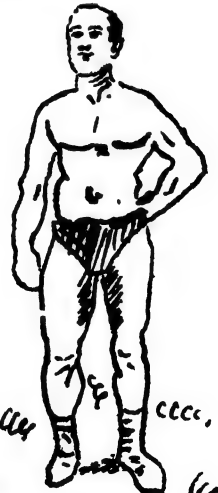
ہوائی جہاز جب کئی ہزار فٹ کی
بلندی پر پہنچ جاتا ہے تو سوار وہاں سے
چھلانگ لگا کر زمین پر اترتے ہیں۔
اس موقع کے واسطے ایک خاص قسم
کا بڑا چھاتا استعمال کیا جاتا ہے۔ ایک
بٹن دبانے سے یہ کھل جاتا ہے۔ پہنچ
میں ہوا بھر جاتی ہے اور آدمی آہستہ
آہستہ اتر کر بغیر چوٹ کھائے زمین پر
پہنچ جاتا ہے +

پچھلے دنوں سوہن نامی ایک
شخص نے اپنے بازوؤں اور ٹانگوں
میں ایک خاص قسم کی مضبوط ربڑ کی

جھلی لگائی۔ اور ۱۲۰۰۰ فٹ کی بلندی سے چھلانگ لگا کر چمکا دڑ کی طرح اڑتا ہوا نیچے آیا۔ زمین سے فقط
چند منٹ کے فاصلہ پر اُس نے چھاتا کھولا۔ اور نہایت آرام سے اتر پڑا +
کچھ عجب نہیں کہ تھوڑی ہی مدت بعد انسان اسی طرح کے اڑنے والے پر تیار کر لے +



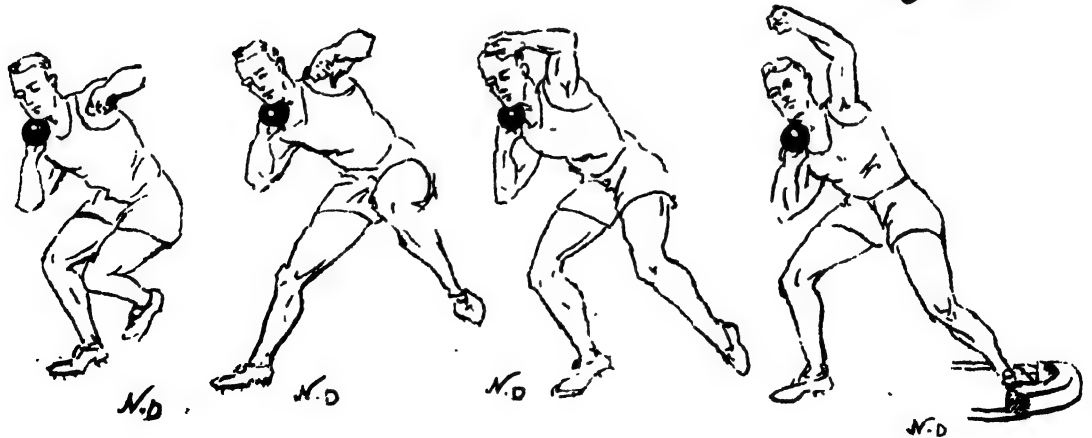
جن جن سلور جوہلی کے موقع پر منٹھ پارک میں ہندوستان کے
چوٹی کے پہلوانوں امام بخش دگلگا میں تین دن متواتر
رہلے ہوئے رہی تینوں دن ہی بے انداز نمائندگی جج
ہوئے اور ہر روز انکو نیا کٹ خریدنا پڑتا۔ فیصلہ کن نتیجہ
کچھ بھی برآمد نہ ہوا۔ یہیں تو اس میں کوئی راز معلوم ہوتا ہے
اور اگر کوئی راز نہیں تھا تو کشتی بھر ہونی چاہیے۔ تا آنکہ
مکمل فیصلہ ہو جائے +



گولہ پھینکنا

گزشتہ سے پورستہ

گھیرے کا قطر، فٹ ہو۔ گولہ پھینکنے والا $R1$ سے $R2$ تک چند بار ایک کو قدم رکھے مطابق تقنویہ نمبر ۱۲
تقنویہ نمبر ۱۳ پر دائیں پاؤں کی پوزیشن ظاہر کرتی ہے۔ اس کے بعد ایک کر بایاں پاؤں $R2$ پر رکھیں خیال
رہے کہ دایاں پاؤں عین $R1$ پر ہو۔ ذرا ادھر ادھر ہو بھی تو کبیر $R1$ کے بائیں طرف پڑے۔ دائیں طرف نہ پڑے۔
اچکنے وقت تمام بدن بالکل ٹھیکلا چھوڑ دینا چاہیئے۔ جب دو چار دفعہ $R2$ پر اُپک لیں تو پھر دایاں پاؤں $R2$ پر اور
بایاں پاؤں $L2$ پر رکھیں۔ یہ وقت گولہ پھینک دینے کا ہوگا۔ اور سب سے اہم وقت ہوگا (نمبر ۶) بایاں پاؤں $R2$
پر رکھتے وقت اور نمبر ۷ بایاں پاؤں $L2$ پر رکھتے وقت کی پوزیشنیں ہیں۔ (جو نمبر ۷ کی پوزیشن آئے فوراً
ہی بعد نمبر ۸ کی پوزیشن کرنی پڑے گی۔ دائیں ہاتھ اور دائیں پاؤں کا سارا زور گولے کی پھینک پر ڈال دیں
خیال رکھیں کہ بدن گھیرے سے اتنا باہر نہ جھک جائے کہ گولہ پھینک دینے کے بعد خود بھی ٹڑھکتے آگے چلے
جائیں۔ بدن کو مضبوط رکھنے کی پکٹیس کو کافی وقت دیں۔ ایک اور عمل جس کا خاص خیال رکھنا چاہیئے یہ ہے کہ
گولہ پھینک دینے کے وقت سانس پھینچوں میں ہو۔ اور گولہ پھینکنے کے ساتھ ہی خارج ہو۔ گولہ پھینکنے کی پکٹیس
کم از کم ڈیڑھ راہ ہونی چاہیئے۔ ہر حرکت کئی بار دہرائیں۔ پہلے چند دن تو بغیر گولے کے پاؤں آگے پیچھے رکھنے
اچکنے اور خیالی گولہ پھینکنے کی مشق کریں۔ پھر گولہ ہاتھ میں لے کر اسی طرح کریں $R1$ و $R2$ پر پاؤں زیادہ دیر
جمائے رکھیں۔



باقی تقنویہ صفحہ ۱۵ پر ہیں



سکاؤٹنگ و تفریح

لارڈو لنکڈن چیف سکاؤٹ ہندوستان نے پچھلے دنوں آئین الدین شمس الدین بھوسلا سکاؤٹ ناگپور اور دیپ سنگھ سکاؤٹ راجمیرا والا کو طرانی صلیب کے تحفے عطا کئے۔ انہوں نے اپنی جان کو خطرہ میں ڈال کر دو عورتوں کو ڈوبنے سے بچایا تھا۔

سر بیڈن پاؤل دنیا کے چیف سکاؤٹ نے تنگ آ کر تنبیہ کر لیا تھا۔ کہ اب وہ کسی کو اپنے دستخط عطا نہیں کریں گے۔ بڑے بڑے نامی و گرامی آدمیوں کے دستخط حاصل کر کے پاس رکھنا بھی ایک بڑی عزت سمجھی جاتی ہے۔ جس آدمی کے پاس ایسے دستخط ہوں۔ سمجھا جاتا ہے کہ وہ ان بڑے آدمیوں کو ملا ہے۔ پچھلے دنوں آسٹریلیا میں سکاؤٹ جمہوری ہوئی تھی۔ وہاں سر بیڈن گھوڑے پر سوار کیمپ میں جکیر لگا رہے تھے کہ میسجوں کا ایک چھوٹا سا سکاؤٹ لنگھتا ہوا سلام کرتے کے واسطے ان کے پاس پہنچا سکاؤٹ ماسٹر صاحب نے اسے اٹھا کر اونچا کیا تو سر بیڈن نے دیکھا کہ چھوٹے لڑکے کا پاؤل پلاسٹراف پیرس میں جکڑا ہوا ہے۔ اور اس کے اوپر ہیبت سے اچھے اچھے آدمیوں کے دستخط ہیں اس بائسکے چیف سکاؤٹ کے دل پر اثر کیا اپنے تنبیہ پر قائم نہ رہ سکے۔ فوراً قلم نکالا اور اپنے دستخط کر دیئے۔

کو لڑ چھپا کی ایک مشہور اور عام کھیل ہے۔ سکاؤٹوں کو گانڈوینے کی مشق کے لئے اسی طرز پر ایک کھیل کیسی جاکتی

ہے۔ لڑکے ایک کافی چوڑا گھیرا باندھ کر بیٹھ جائیں۔ منہ اندر کی طرف رکھیں۔ اور ہاتھ بیٹھ کر پیچھے رکھیں۔ ایک لڑکا دوسرا ہاتھ میں لے کر گھیرے کے گرد و بڑا شروع کرے۔ جاتے جاتے ایک لڑکے کے پیچھے رستہ گرا دے اور ایک خاص گانٹھ کا نام لے دے۔ اور چکر لگا کر اس لڑکے تک آئے۔ اگر تب تک اس نے گانٹھ دے لی ہو تو اس کو پھر چکر کے گرد گھوم کر کسی اور لڑکے کے پیچھے رسا پھینکنا ہوگا۔ ورنہ اس بیٹھے ہوئے لڑکے کو دوڑنا پڑیگا۔

اس کھیل میں پسروی ہوتا ہے کہ بیٹھے ہوئے لڑکے پیچھے نہ دیکھیں۔ گانٹھ پیچھے ہی پیچھے بغیر دیکھے ہیں۔ چکر لگانے والا لڑکا کم از کم دو یا تین چکر منور لگائے پھر رستہ پھینکے۔ اور پانچ چکروں سے زیادہ نہ گھومے۔ سکاؤٹ ماسٹر اگر گھیرے کے درمیان میں کھڑا ہے۔ تو بہتر ہوتا ہے۔

ٹینس بال دوڑ

کھلاڑی دو حصوں میں منقسم ہو کر دو لائنوں میں کرسیوں پر منہ آنے سامنے کر کے بیٹھ جائیں۔ کرسیاں ایک دوسرے کے ساتھ ساتھ ہوں۔ مگر دونوں لائنوں کا درمیانی فاصلہ گزبھر کے قریب ہو۔ دونوں پاؤں جوڑ کر آگے کی طرف بڑھے ہوں پہلا کھلاڑی ٹینس بال کو ٹخنوں کے جوڑ پر رکھ کر اس طرح ٹانگوں کو گھمائے کہ دوسرے کھلاڑی کے پاؤں پر آجائے اب دونوں ٹانگوں کے درمیان اتنا فاصلہ کر دے کہ گیند دوسرے کھلاڑی کی ٹانگوں پر جا رہے۔ اسی طرح آخر کھلاڑی تک سلسلہ جائے۔ جہاں گیند نیچے گر پڑے پھر شروع کریں۔

جس لائن کا گیند پہلے آخر کے کھلاڑی تک پہنچے وہ جیت جاتی ہے۔ شکست خوردہ لائن کے ہر کھلاڑی کو کوئی نہ کوئی شرط شکل و رزق پوری کرنی پڑتی ہے۔ مثلاً دس دس یا پندرہ پندرہ ٹیکس۔ ڈنٹر یا فٹوڑی سی وڈ وغیرہ۔ گیند دو ہوں۔ اور دونوں لائنیں سبک وقت شروع کریں + کھیل گھر میں لڑکیاں اور بچے بھی کھیل سکتے ہیں +

بلی چوڑا

چند لڑکے کھلا گھیرا باندھ کر کھڑے ہو جائیں۔ دو لڑکے جو بے نیس۔ اور ایک بلی۔ اب یہ چوڑا گھیرے کے ارد گرد اور اندر باہر بھاگنا شروع کریں اور بلی ان کو پکڑے۔ چوڑا گھیرا باندھے ہوئے لڑکوں میں سے جس کو چھوٹے۔ یا اتفاقاً وہ چھوٹا جائے تو وہ چوڑا بن کر بھاگنا شروع کرتا ہے۔ اور پہلا چوڑا اس کی جگہ کھڑا ہوتا ہے۔ جس چوڑے کو بلی پکڑے وہ بلی بن جاتا ہے۔ اور بلی چوڑا دس پندرہ منٹ کا وقفہ ہونا چاہیئے۔ اس وقفہ میں چوڑا گھیرے والے کسی لڑکے کو ایک یا دو بار سے زیادہ نہیں چھو سکتا۔ ایک دفعہ میں میں لڑکوں سے زیادہ کا گھیرا نہیں ہونا چاہیئے۔

نثار

ممبئی میں ٹورنمینٹ کے موقع پر قریب تیس ہزار تماشا بیوں نے بالعموم اوکھلاڑیوں نے بالخصوص محسوس کیا۔ کہ ہندوستان میں کوئی ایسا ٹینسین نہیں جو تیز بالوں کے سامنے کھڑا ہو سکے۔ وجہ یہ ہے۔ کہ ہندوستان میں موجود زمانہ کے معیار کے مطابق نہایت تیز بال کرنے والا کوئی نہیں۔ صرف نثار ہی ایک ایسا کھلاڑی ہے۔ جو کہ تیز بال کرنے میں سب سے اول ہے۔ ۱۹۳۵ء کے دورہ انگلستان سے پہلے تو اسے کوئی جانتا تک نہیں تھا۔ مگر جب انگلستان میں لارڈز کے میدان کھیل پر اس نے دنیا کے کرکٹ کے سب سے زیادہ درخشندہ ستاروں شکست اور ہومز و ووڈ کو دس ہنز پر بھی نہ کرنے دیں۔ امدان کو اوٹ کر کے تماشا بیوں اور کھلاڑیوں کو انگشت بندھا کر دیا۔ نو اس کی شہرت کا ستارہ بھی چمک اٹھا۔ ممبئی میں ہندو ٹیم کے مقابلہ پر فائینل میچ میں فقط نثار ہی کے باؤلنگ سے اس کی ٹیم نے فتح حاصل کی۔ ورنہ کوئی امید نہیں تھی۔ ہندو ٹیم کے صرف دو کھلاڑی زیندہ اور لال سنگھ نے اس کے بالوں کا کچھ مقابلہ کیا۔ باقی کھلاڑیوں کے ساتھ تو اس کے بیٹھے بھی نہ تھے کہ نکالے بھی گئے کا معاملہ ہوتا رہا۔ ہاں دوسری انگ میں ناؤل نے بھی خوب بیٹیں لگائیں۔ وہ فقط اس وجہ سے کہ نثار نے اصل پوزیشن سمجھنے میں غلطی کھائی۔ ناؤل کی آنکھ کو مدراس کے بچوں میں کلارک کے تیز بالوں سے سخت چوٹ آگئی تھی۔ اس واسطے وہ تیز بال سے ڈرنا تھا۔ اور وکٹوں سے پیچھے ہی ہٹ کر رہتا تھا۔ نثار نے اس بات کو تاڑ کر گیند بھی بجائے باہر کی وکٹ کی طرف پھینکنے کے اندھ کی وکٹ کی طرف ہی پھینکنے شروع کئے۔ اور ناؤل نے ہٹ پر ہٹ لگانی شروع کر دی۔ آخر وقت پہنچ نثار کو کسی نے سہا دیا۔ کہ محض اس کی اس غلط سمجھ سے اس کی ٹیم شکست کھا رہی ہے۔ اس نے ایک سپورٹسین کی طرح اعتراف کیا۔ اور دوسرے اوور میں اس کو لے لیا۔

نثار ماشا اللہ پچیس برس کا چھلا چڑا نوجوان ہے۔ اور وزن خیر سے دھماکی من۔ کھاتے ہی تے وقت بھی کسر نہیں چھوڑتا۔ ملک کے فوٹبلیڈر ہیں؟ ماسولے اس کے وزن اور خودد و نوش کی نقل کے باؤلنگ میں اور سپورٹسین سپرٹ میں اس کی پیروی کر لے میں کوشاں ہوں۔ تو ہندوستان میں دوسرے ممالک کے مقابلہ کے واسطے کافی تیز باؤلر اور تیز بالوں کا مقابلہ کرنے والے اچھے بیٹیں مین پیدا ہو سکتے ہیں +

اسٹریٹین کرکٹ ٹیم

ہمارا جہاڑ پٹیا لہ جن کے طفیل ہندوستان کی کرکٹ دن گونی رات چو گنی ترقی کر رہی ہے۔ اور جن کی تلاش کو شمش سے بھیجی میں مہینہ ہم قائم کر نیکی اجازت ملی ہے کرکٹ کلب آف انڈیا کے پریذیڈنٹ ہیں۔ انہوں نے بورڈ آف کنٹرول کے پریذیڈنٹ کو ایک چٹھی لکھی ہے جس میں فرماتے ہیں بورڈ آف کنٹرول نے اپنے اجلاس منعقدہ دہلی میں اسٹریٹین کرکٹ ٹیم کو خوش آمدید کہنے اور ہندوستان میں مختلف مقامات پر میچوں کا انتظام کرنے کا ریزولوشن پاس کر دیا ہے میٹنگ میں ہی میں نے ہر ممکن امداد کا وعدہ بھی کر دیا تھا۔ میں کو شمش کروں گا۔ کہ مسئلہ میں ہندوستان کی مخصوص کرکٹ ٹیم انگلستان جا کر میچ کھیلنے کو پیشیز اسٹریٹیا کی ایک منتخب ٹیم سے میچ کھیلے۔ اس ٹیم کا نام ہر ہائیس ہمارا جہاڑ پٹیا لہ کی اسٹریٹیں ٹیم ہو گا۔

میں نے ان میچوں کا ایک خاکہ تیار کیا ہے۔ بورڈ آف کنٹرول کی منظوری کے بعد میں اسٹریٹینٹ کو اسٹریٹیا بھیجوں گا تاکہ وہ بالمشافہ ہر قسم کی شرائط و ضروریات کا فیصلہ کر آویں۔ میں اپنے یقین کے مطابق اسٹریٹیا کے سب سے چوٹی کے کھلاڑیوں کی ٹیم مرتب کراؤں گا۔ اسٹریٹینٹ کو میں نے کہ دیا ہے کہ وہ ٹی۔ پونسفورڈ، میکارٹن، اوریلی کیپٹن، رچرڈسن اور اولڈ فیلڈ کو ضرور مدعو کرے۔ اسٹریٹینٹ شروع فروری میں اسٹریٹیا چلے گئے ہیں۔ پروگرام مندرجہ ذیل ہے۔

۲۳ نومبر ہفتہ آمد بمبئی دروانگی بھام نگر	۳ تا ۹ جنوری ستمبر میچ بالمقابل ایک ہندوستانی ٹیم کلکتہ
۲۵ تا ۲۷ میچ بالمقابل جام نگر بمقام جام نگر	۹ تا ۱۱ جنوری ستمبر میچ بالمقابل وزیا نگر ٹیم بمقام بنارس
۳۰ نومبر تا یکم دسمبر میچ بالمقابل گجرات ٹیم بمقام گجرات	۱۲ تا ۱۶ جنوری بالمقابل جنوبی پنجاب و شمالی ہند بمقام امرتسر
۳ تا ۵ دسمبر میچ بالمقابل ہمارا کٹر کلب بمقام پونا	۱۸ تا ۲۱ جنوری بالمقابل ایک ہندوستانی ٹیم بمقام لاہور
۷ تا ۹ دسمبر میچ بالمقابل بمبئی پریذیڈنسی بمقام بمبئی	۲۳ تا ۲۷ جنوری بالمقابل راجندر اجمانا بمقام پٹیا لہ
۱۳ تا ۱۶ دسمبر میچ بالمقابل ایک ہندوستانی ٹیم	۳۱ جنوری تا ۲ فروری بالمقابل وائسرائے ٹیم بمقام دہلی
۲۰ تا ۲۲ دسمبر میچ بالمقابل ہندوستانی یو این بمقام کلکتہ	۸ تا ۱۰ فروری بالمقابل حسین الدولہ ٹیم بمقام سکندر آباد
۲۷ تا ۲۹ دسمبر میچ بالمقابل ہندوستانی یو این بمقام کلکتہ	۱۴ تا ۱۷ فروری بالمقابل ایک ہندوستانی ٹیم بمقام مدراس

۲۲ تا ۲۴ فروری بمقابلہ سیلون ٹیم بمقام کولمبو ۲۲ فروری شام بروز ہفتہ کولمبو سے روانگی

(نوٹ :- جن تاریخوں کا ذکر نہیں وہ سفر میں گزریں گی۔

یا ان میں کوئی میچ کھیلا جائے گا +)



اس اسٹریٹین ٹیم کے بیشتر اصراریات تو ہمارا جہ بہادر خود ہی برداشت کریں گے۔ بقیہ مختلف کلبوں کے زرداغلہ اور بوقت میچ منگول کی قیمتوں سے پورا ہوگا۔

ہمیں امید ہے کہ ہندوستان کی مختلف ٹیمیں بھی سے باقاعدہ پریکٹس شروع کر دیں گی۔ تاکہ دنیا کے مشہور آفاق کھلاڑیوں کے مقابلہ پر کم از کم یہ تو کہہ سکیں

فتح و شکست تو خدا کے ہاتھ ہے "میر" مقابلہ تو دل ناتواں نے خوب کیا

ہندوستانی من چلے اکثر اوقات ایسے موقع پر شکست کھا کر کہہ دیا کرتے ہیں کہ ہمیں ہم ٹیم سے ہمارے ہمارے نواز۔ غلہ کچھ ہو جاتے۔ ہمارے دل شکنی تو کسی صورت زیبائیں ہمارے خیال میں یہ ایک فضول و لغو بہانہ ہے۔ حق ہمارے نوازی ضرور ادا کرنا چاہیے۔ ہندوستان ہمارے نوازی میں مشہور ہے۔ مگر اس کے اور کئی عمدہ طریق ہیں۔ کھلاڑیوں کی سب سے بہتر تانہ لڑی سپورٹسمن سپرٹ ہوتی ہے۔ اور اسی کی ہندوستان میں کمی ہے۔ ہماروں کی دل کھول کر اور ہجرت کی جاوے۔ رٹش کا انتظام عمدہ ہو میچوں سے پہلے اور بعد ان کی دلچسپی کے فٹ لیفٹ مندرجہ بالا سا ان ہوں۔ مگر کھیل کے وقت فضول رسومات کو بالائے طاق رکھ کر اس طرح ذوق و شوق جوش اور باقاعدگی سے کھیلیں۔ کہ ہماروں کے دل میں عزت پیدا ہو۔ اور جہاں وہ جائیں تعریف کریں۔





لالہ سنت رام ایک ہائی سکول کے مدرس دوم تھے۔ کتابی کیڑوں کو پکڑنے کرتے۔ ورزش کھیل سے روکتے۔ خود بھی نجیٹ الجشتہ اور خیر سے وہی اول درجہ کے کہیں دل میں یہ سمایا تھا کہ بوجہ محنت کسی دن کلینٹ ان کو کوئی بیماری آوے جو چوگی + ایک دن مدرسہ سے ان کیڑوں اکڑیں اور گھبرائے سے اٹھ اوتے ہی چار پائی پہنٹ گئے۔ اور گھٹنے ٹھوڑی تک دوہرے کر لئے۔

”رام سرن کی اماں۔ میں نہ کہتا تھا کہ کسی دن کلینٹ میں بیمار ہو جاؤ گا۔ آج صبح سے میری کمر سیدی نہیں ہونی بلاؤ اب ڈاکٹر صاحب کو“ ڈاکٹر صاحب آئے۔ آدھ گھنٹہ کے قریب مریض کا ملاحظہ کیا۔ دھرم تپنی نہ رہ سکی پوچھا ڈاکٹر صاحب زندگی کی امید تو ہے نہ فقط اسکٹ کے تیرے بٹن کا حلقہ پتلون کے بٹن سے نکال دیں تو تمام مشکل حل ہو جاوے گی۔

استاد:- اگر تمہارا باپ پانچ گاٹیوں سے چار چار سیر دو دھ اور پانچ سے دو دو سیر دو دھ دو ہے تو کل کتنا دو دھ بچے گا۔

شاگرد:- رگوالا ایک من جناب

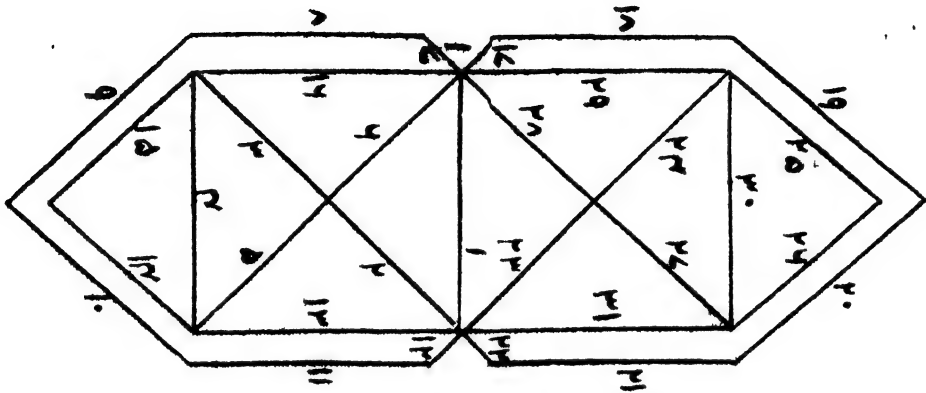
استاد:- تم حساب میں نہایت کمزور ہو کھبنتے ہی نہیں کیا کماؤ گے؟

شاگرد:- رگوالا معاف فرمانا جناب۔ آپ کو دو دھ کی تجارت کا کیا پتہ۔ اگر ہم تیس کے تیس ہی سیر رکھ کر بیچیں

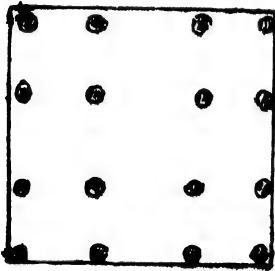
تو ہمارے پلے کیا پڑے۔ آپ کو فیس کہاں سے دیں۔

ورزش داغ

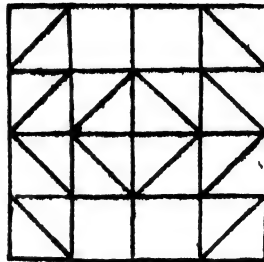
کل شکل جو اوپر دی گئی ہے، نمبر سے شروع کر کے مطابق نمبروں کے لکیر کھینچتے جائیں۔



گھبروں - قوسوں - مربعوں اور لکیروں والی شکل کامل ان کو تاپ کر خود کر لیں اسے نظر کا دھوکا کہتے ہیں۔



مجھے لکڑی کا ایک بالکل چورس بنیہ کسی چھید کے ٹکڑا چاہئے تھا۔ تلاش پر مجھے
مندرجہ بالا شکل کا لکڑی کا تختہ ملا ایک تو یہ مطلوبہ تختہ سے ہمارا گنا بڑا ہے۔ دوسرے اس
میں چھید ہیں۔ بڑی سوچ کے بعد میں نے آخر بنیہ چھید کے بالکل ٹھیک ٹکڑا ملا، اس
میں سے نکال لیا۔ بھلا مرل کھینچ کر بتاؤ میں نے کیسے نکالا۔



N.D

یہ کل کتنے مرل ہیں؟

میں بتاؤں یا آپ بتائیں گے!

حفظ مالقہ



یادار یا گلی میں نارنجی - خربوزہ
یا کیلے کے چھلکے مت پھینکو - ورنہ
تمہارا بھی کسی دن یہی حشر ہوگا۔
جو اس تصویر میں نظر آ رہا ہے۔
اگر ایسی چیزیں راستے میں پڑی پاؤ
تو اٹھا کر کسی محفوظ جگہ پھینک دو۔



یادار یا گلی کو چپ میں
مت جھپٹو اور نہ ہی دائیں
بائیں دیکھے بغیر سڑک کو
عبور کرو - ہو سکتا ہے کہ
پیچھے سے کوئی گاڑی آ
رہی ہو اور تم اس کی لپٹ
میں آ جاؤ۔



تیل سپرٹ یا گیس کے چوٹے
بہت احتیاط سے استعمال کرو
سپرٹ - پٹرول یا گیس کے نزدیک
آگ کا شعلہ نہیں آنا چاہیئے۔
اگر پٹرول یا سپرٹ ڈالتے
وقت ادھر ادھر گر جائے
تو جب تک پوری طرح صاف نہ
کر لو - دیا سلائی مت سلگاؤ

اپنا گھر

گھر کو بہشت سے تشبیہ دی گئی ہے اور یہ مانی ہوئی بات ہے کہ گھر جتنی محفوظ آرام دہ جگہ اور کوئی نہیں۔ مگر امریکہ کی ایک بریہ کمپنی نے تجربہ سے ثابت کیا ہے کہ دنیا میں جس قدر خطرات و حادثات پیش آتے ہیں۔ ان کا آٹھواں حصہ گھر سے باہر برداشت کئے ہوئے ہیں۔ باقی سات حصے گھر کی بدولت اور گھر میں بیٹھے بیٹھے پیش آتے ہیں۔ اور باہر کے حادثوں میں جتنی جانیں ضائع ہوتی ہیں بسبب لاری۔ کاریا گاڑی گھر سے فقط پانچ فی صدی زائد واقع ہوتی ہیں۔ گھر میں حادثات و واقعات کی وجہ سے جو خرچ اخراجات اور متعلقین و حاضرین کو تشویشات و تکلیفات ہوتی ہیں وہ اس نسبت میں اور بھی زیادہ کی گزرتی ہیں۔ چونکہ اپنے گھر میں بالعموم ہر روز ہی حادثات ہوتے رہتے ہیں۔ اس واسطے انکی گنتی کی طرف کوئی خیال نہیں کرتا۔ البتہ جب بہت سا نقصان جان یا مال ہو۔ تو اس وقت خیال آتا ہے کہ ہاں کوئی حادثہ ہوا ہو گیا ہے۔ اور اسکی وجہ؛ بسا اوقات نہایت ہی معمولی ہوتی ہے۔

حسب معمول دیا سلامتی جلائی۔ خداسی بے احتیاطی ہوئی اور کپڑوں کو آگ لگ گئی۔ مکان کو لگ گئی سارے محلہ میں پھیل گئی۔ یا منہ کے نزدیک جلائی۔ دھواں دماغ میں چلا گیا۔ بیمار پڑ گئے۔ چند دن بعد جان بچ گئی۔ چاقو سے کچھ کاٹنے لگے۔ بے احتیاطی ہوئی۔ ہاتھ کو خراش آگئی۔ خیال نہ کیا پیپ پڑ گئی۔ پھوٹا بن گیا۔ خون میں زہر سرایت کر گیا۔ اور آخر زندگی ختم ہوئی۔

چاقو چھریاں۔ سوئیاں۔ چینی کے برتن یا ٹوٹے ہوئے شیشے کے گلاس اور ادھر ادھر بکھرے پڑے رہنے دیئے۔ اتفاق سے ان پر کوئی بچہ گر جائے تو کیا نتیجہ ہوگا؟ مختلف حادثوں کی شیشیاں جن میں دھواں ہر کی شیشیاں بھی ہوں اور ان پر یہ نہ لکھا ہو کہ یہ زہر ہے۔ یا اور کوئی دوائی غلطی سے اصل دوائی کی بجائے اس کے رنگ کی پلاوی۔ یا دیا سلامتی کی تیلیاں اور ادھر ادھر فرش زمین پر پھینک دیں پڑوں کا آج کل عام استعمال ہے۔ چو لیسے کے پاس یا شیشے کے پاس اسے استعمال کیا اور اس کو آگ لگ گئی۔ غرضیکہ ہزار ہا ایسی چھوٹی چھوٹی باتیں گھروں میں ہوتی ہیں۔ کہ جن کی طرف عام طور پر لوگ خیال ہی نہیں کرتے۔ اور ایک ذرا سی بے احتیاطی یا بے خیالی سے بڑے بڑے روح فرسا حادثات واقع ہو جاتے ہیں۔

لہذا نہایت ضروری ہے کہ گھر میں بظاہر حقیر و فضول چیزیں بھی اپنی اپنی جگہ پر ہوں۔ بکھری نہ پڑی رہنے دیں۔

دیا سلائی کو نہ منہ کے نزدیک نہ کپڑوں کے نزدیک جلاؤ۔
 چاقو چھری یا دیگر ایسے نیزاؤں سے سنبھال کر دھک کے یا بند کر کے رکھو۔ اونگھوں کی پہنچ سے دور رکھو۔
 شیشے جینی کے ٹوٹے ہوئے برتنوں کے ٹکڑے بھی بکھر نہ رہنے دو۔ احتیاط سے اکٹھے کر کے باہر محفوظ جگہ پھینک دو۔
 ہر بوتل پر لکھو۔ رکھو۔ کہ اس میں کیا چیز ہے۔ جوڑ ہڑلی چیز ہو اس پر سرخ نشان کرو۔
 غریبیکہ اس طرح کی معمولی احتیاطوں سے آپ اپنے گھر کو واقعی آرام دہ اور بہشت ثانی بنا سکتے ہیں۔
 عادات محض خدا کی طرف سے نہیں ہوتے بلکہ ہمیشہ انسان کی اپنی غلطی یعنی قوانین قدرت کی خلاف ورزی کی وجہ
 سے ہوتے ہیں۔ اور یہی وجہ ہے کہ وہ اگر کلیتہاً نہیں تو نوے فی صدی روکے جاسکتے ہیں۔

فتح کا اعلان



انعامی معمرہ

معمرہ کرینیکا بڑا فائدہ آم کے آم اور ٹھیلیوں کے دام کی مصداق ہوتا ہے۔ آپ کو غور و فکر کرنے سوچنے اور لغات استعمال کرنے کی عادت پڑے گی۔ لیاقت بڑھے گی۔ علم زیادہ ہوگا۔ حافظہ تیز ہوگا۔ حوصلہ صبر اور محنت کی عادت پیدا ہوگی۔ اور مقابلہ کرنے کی ہمت و جرأت میں برکت ہوتی ہے۔ ذرا ہمت کریں تو حل کر لینا کچھ بھی مشکل نہیں ہوتا۔
الفرض آپ مقابلہ میں داخل ہو کر انعام حاصل کرنا نہ چاہیں تو بھی اس پر غور کریں۔ جب نتیجہ شائع ہو۔ تو اس سے مقابلہ کر کے اپنی خامیاں و در کریں۔

نمبر	حروف	لگانا ہے (+) یا نکالنا (-)	بنے ہوئے لفظ کا مطلب
۱	م ا ح د	-۱	آرمی کا نام
۲	م در ا	+۱	ریل کا ایک شیش
۳	ر ا ن گ ری ز	-۱	ایک قوم ہے
۴	ا د ش ا ہ	+۱	سب سے بڑا حاکم ملک
۵	خ ر س ی	-۱ یا -۲	ایک چوہا یا جانور (خرس یا خر)
۶	ش ک ار ہ م	-۱ یا -۲	اس پر سواری کرتے ہیں۔
۷	ح ی م	+۱	موٹا نازہ
۸	ج ج ج ا ن	+۱	ایک قریبی رشتہ دار
۹	د د ہ	+۱	بجہارہ دوسروں کے ہاتھ میں ہوتا ہے

تمام قسم کی خط و کتابت و کرسیل زر بنام

مینجنگ ڈائریکٹر سپورٹسین

ریلوے روڈ لاہور۔ ہونی چاہیے

جمخانہ سپورٹس کمپنی

سیالکوٹ شہر

گارنٹی:۔ مال ہرگز خراب و نقص دار نہ ہوگا۔ اگر خدا نخواستہ کوئی نقص یا خرابی نکل آئے تو بغیر کوئی پیسہ یا بج کئے اس قیمت کا مال فوراً تبدیل کر دیا جاوے گا۔

فوج۔ سکول۔ کالج اور جسٹریڈ کلیب کم از کم سو روپے کی خرید پر صرف پچیس فیصدی قیمت ادا کر کے باقی قیمت دو ماہ کے اندر اندر ادا کر سکتی ہیں یا مقررہ ماہوار اقساط سے بھی ادائیگی ہو سکتی ہے۔

سو یا سو روپے سے زائد خرید پر خرچ ریل کمپنی خود ادا کر لگی۔ بشرطیکہ قیمت نقد دی جاوے۔

ایک ہی چیز اگر دو درجن سے زائد خریدی جائے۔ تو سکول، کالج یا کلیب کا نام ہر چیز پر مفت لکھ دیا جائے گا۔ ماسوائے ہاکی و کرکٹ ٹینس وغیرہ بالوں کے۔

PR	DV	OK	AI	والی بال	PR	DV	OK	AI	ہاکی سٹک
۳۰۰	۰۰۰	۴۰۰	۵۸۰	۱۔ فورسز	۰۰۰	۳۸۰	۵۰۰	۷۸۰	۱۔ فورسز
۲۱۲	۰۰۰	۳۸۰	۴۱۲	۲۔ کلبنز	۰۰۰	۲۰۰	۳۰۰	۴۸۰	۲۔ کلبنز
۲۸۰	۰۰۰	۳۰۰	۰۰	۳۔ سکولز	۱۲۰	۱۱۲	۲۸۰	۳۰۰	۳۔ سکولز
۱۰	۲۰۰	۳۰۰	۴۰۰	بیڈمنٹن ریکیٹ	۰۰۰	۰۳۰	۲۰۰	۲۸۰	۴۔ طفلی
۰۱۲	۱۰۰	۲۰۰	۳۰۰	II	۰۰۰	۰۱۰	۱۲۰	۱۱۲	"

درجہ اول	درجہ دوم	جال
۲۵ روپیہ	۲۰ روپیہ	ہاکی
۴	۳	والی بال
۲۲	۱۸	فٹ بال
۴	۱۸	بیڈ منٹن
۱۲-۸-۶ اور ۴ روپیہ	۱۲-۸-۶ اور ۴ روپیہ	ٹینس

PR	DV	OK	AI
۱۰۰	۱۱۰۰	۲۸۰	۳۰۰
۱۲۰	۱۱۲۰	۲۰۰	۲۸۰

باسکٹ بال DV OK AI
روپیہ ۵ روپیہ ۶ روپیہ ۵

باسکٹ بال ہکا دو روپے اٹھ آنے
باسکٹ بال بورڈ مکمل دس روپیہ

کرکٹ کوشین۔ نہایت خوبصورت مضبوط

PR DV OK AI
روپیہ ۶ روپیہ ۵ روپیہ ۴ روپیہ ۳

سامان مندرجہ بالا کے علاوہ دیگر ہر قسم کا
سامان کھیل شل پنگ پونگ۔ ڈیک ٹینس
پولو۔ رستہ۔ گولہ وغیرہ کے سامان متعلقہ بھی
بنائے اور مہیا کئے جاتے ہیں *

DV	OK	AI
۲۰۰	۲۰۰	۱۰۰

شٹل کاک

PR	DV	OK	A
۸۰۰	۶۸۰	۴۰۰	۸۰۰
۲۰۰	۵۸۰	۶۰۰	۴۰۰
۳۰۰	۲۰۰	۵۸۰	۶۸۰
۳۲۰	۲۰۰	۴۱۲	۵۱۲

فٹ بال

- ۱۔ فورسز
- ۲۔ کلبرز
- ۳۔ سکولز
- ۴۔ طفلی

ایک۔ دو۔ تین سائز کے فٹ بال چھوٹے بچوں کے لئے بھی
بنائے جاتے ہیں۔ قیمتیں بارہ آنے سے لیکر تین روپیہ تک ہیں۔
AI مشہور شکل کے کور کا ہے اور OK شکل کو رکھتا ہے DV
بالعموم ۱۸ حصوں کا ہوتا ہے *

فٹ بالوں کی شکل نہ بگڑنے کی گارنٹی ہے۔ چمڑہ اول درجہ کا ہوتا ہے
کرکٹ بیٹ

خاص بڑھیا بیٹ (۱) سو لکھ روپیہ (۲) تیس روپیہ (۳) تین روپیہ

DV	OK	AT
۴۰۰	۹۰۰	۱۲۰۰
۲۰۰	۵۰۰	۸۰۰
۳۲۰	۲۸۰	۸۰۰

- ۱۔ فورسز
- ۲۔ کلبرز
- ۳۔ سکولز

۴۔ طفلی بیٹ لیکر پیسے لیکر چھ روپیہ مطابق ہر قسم
ٹینس ریکیٹ۔ انگریزی و امریکن دونوں ٹولوں کے انگریزی
گول اور امریکن ڈرا لبا ئی پر ہوتا ہے۔ گٹ ہر ایک میں نہایت
قسم کی ہوگی۔

AI ولایتی بیٹ کا چوکھٹ (۱) تیرہ روپیہ (۲) پندرہ روپیہ
(۳) اٹھارہ روپیہ (۴) اکیس روپیہ
AI سفید شہتوت کا چوکھٹ (۱) سات روپیہ (۲) نو روپیہ
(۳) تیرہ روپیہ

OK چھ روپیہ DV پانچ روپیہ PR چار روپیہ اور تین روپیہ
طفلی۔ چھ آنے سے لیکر دو روپیہ تک *

آئین جنگ

باطلوار آدمی کے ہاتھ میں دولت ایسی ہی ہوتی ہے جیسے چھوٹے گھڑے میں پانی۔ ادھر آیا ادھر بہ گیا۔ بیربر پتالال نے بہت بہت پیدا کیا بہت لٹایا۔ آپ دل کے سخی تھے۔ اکثر کہا کرتے۔ شباب کا زمانہ عیش و آرام کے لئے۔ جوگی سنیا سی بننے کے لئے نہیں۔ مذہب کا روح سے تعلق ہے۔ مذہبی جوش اندرونی دلولے سے پیدا ہوتا ہے اصلاً اندرونی دلولہ اسی وقت اٹھتا ہے جب دل خواہشات کی قید سے آزاد ہو جائے۔ دل آزاد تب ہی ہو سکتا ہے۔ جب اُسے پوری آسودگی ہو چکے۔ اور آسودگی اسی وقت حاصل ہو سکتی ہے جب کوئی حسرت کوئی ارمان باقی نہ رہے۔ بابو صاحب کو وہ بیش بہا زمانہ نصیب نہ ہوا۔ عیش و طلسمی محل ہے جو باہر سے بالکل بے نقض نظر آتا ہے۔ لیکن اندر قدم رکھتے ہی ایک معما بن جاتا ہے۔ اس میں جوں جوں آگے بڑھتے جاتیے۔ حیرت میں بھی اضافہ ہوتا جاتا ہے اس دام فریب سے نکل بھاگنا آسان نہیں پندرہ جوں جوں پھر پھر ہوتا ہے حال کے تار کسے جاتے ہیں۔ شباب نگہ لیوں میں گزر گیا۔ لیکن جوش نہ مٹا۔ خواہشات میں اضافہ ہوتا گیا۔ اندر سے دلولہ اٹھانے لہما ہوا۔ پہلے دس لاکھ تھے۔ اب ان کی تعداد پندرہ ہو گئی۔ پہلے دیسی کھانا پسند تھا اب بغیر چاپ اور کٹلٹ کے زندگی کا مزہ کہاں؟ پہلے تن زریعے اب رواں پر قناعت کر لیتے تھے۔ اب چائنا اور کاشی سک بھی چھینے لگا۔ پہلے ایک موٹر کافی تھی۔ اب تین موٹریں بھی کم معلوم ہونے لگیں۔ پہلے شباب فانی تھا۔ اب سدا بہار بن گیا۔ موٹروں کے بال بکتے دیکھ کر ان پر استرا پھیر دیا۔ بڑھاپے کا کوئی نشان نہ تھا۔ اور سر کے بال؟ وہ تو آج کل نوجوانوں کے بھی پک جاتے ہیں!

عیش اور کالہلی میں چولی دامن کا رشتہ ہے۔ پہلے تو کلوں کے مقدسے فوراً تیار ہو جاتے۔ اب مہینوں پہلے رہتے۔ اس لئے بابو صاحب کے موٹروں کی تعداد گھٹنے لگی۔ ادھر خرچ بڑھا ادھر آمدنی گھٹی۔ مہاجنوں کی بن آئی سیٹھ رام سرن داس کے ہاں لین دین شروع ہو گیا۔

عیش پسند لوگوں کا کام ادھار پر بہت چلتا ہے۔ فیشن اور عیش کی چیزیں اکثر ادھار مل جاتی ہیں۔ شراب تو ادھار آ سکتی ہے۔ لیکن گناہ اور جوئے کے بازار میں ادھار سے کام نہیں چلتا۔

(۲)

رات کے نو بج چکے تھے۔ اندرین کلب کے ایک کمرے میں بابو پتالال اور ان کے احباب ریک لال غلامین اور سطر جان نپت ایک گول میز کے ارد گرد بیٹھے ہوئے تھے۔ کمرہ آراستہ تھا۔ ایک کونے میں ایک قیمتی پردہ پڑا تھا

غلام حسین نے جیب سے تاش نکالی۔ پتے تقسیم کئے اور کھیل شروع ہو گیا۔ پنا لال نے اپنے پتے سنبھالے۔ دیکھتے ہی باجھیں کھل گئیں۔ تین غلام اور ایک بگیم! نہایت مبارک ابتدا ہے۔ پھر پتے تقسیم ہوئے۔ اس بار پھر باجھیں کھل گئیں۔ وہ برابر باجھ باجھ جیتے۔ چھٹی مرتبہ مار گئے۔

یہ ساتویں بازی تھی۔ پتے ہاتھ میں لیتے ہی بابو صاحب اُچھل پڑے۔ تین کیے اور ایک بادشاہ! دلی جذبات کو دوسروں پر ظاہر نہ کرنا قمار بازی کا پہلا اصول ہے۔ لیکن بابو صاحب کو اپنے اوپر قدرت نہ تھی آنکھوں میں امید کی روشنی چمکنے لگی۔ انہوں نے سگرٹ کیس نکالا سگرٹ جلایا اور تپلون کی جیبوں میں ہاتھ ڈال کر ٹپسنے لگے پریشانی اور اطمینان قلب اجتماعِ ضدین تھا۔ کمرہ بجلی کی کوشنی سے جگمگا رہا تھا۔ باقی تینوں آدمیوں میں آنکھوں کے اشاروں سے باتیں ہو رہی تھیں۔ بابو صاحب کے پتے میز پر پڑے تھے اور ان پر تینوں کی آنکھیں اس طرح لگی ہوئی تھیں جیسے درخت پر بیٹھے ہوئے گدھوں کی لپچاتی آنکھیں زمین پر پڑے ہوئے گوشت کے ٹکڑیوں پر جمی ہوں اس وقت ان کی حالت ان لٹروں کی سی تھی جو اشرفیوں کی تھیلی لئے ہوئے طاقت و مسافر کی لاٹھی دیکھ کر ہمت ہار جاتے ہیں۔ لیکن دوست بن کر اس کے ساتھ ہو لیتے ہیں کہ اندھیرا ہوتے ہی موقع پا کر تھیلی لے بھاگیں گے۔

یہ ایک روشنی بجھ گئی۔ کمرے میں اندھیرا چھا گیا۔ بابو صاحب چونک پڑے۔

”کیا ہوا؟“

”بھالے کیا بات ہے سمجھ میں نہیں آتا!“

”مسٹر نپت! دیکھو تو یار بجلی کیوں بجھ گئی؟“

مسٹر نپت اُٹھے ہی تھے کہ بتیاں پھر روشن ہو گئیں۔ کھیل شروع ہوا۔ چالیں چلی جاتے لگیں۔ پنا لال کی بے بھری کا کچھ ٹھکانا نہ تھا۔ غلام حسین اور جان نے پتے چھینک دیئے۔ بابو صاحب در رسک لال میں چوٹیں ہونے لگیں۔

رسک لال۔ میری ایک چال ایک ہزار کی۔

پنا لال۔ میری دو ہزار کی۔

رسک لال۔ میری بھی دو ہزار کی رہی۔

”ہم تین ہزار کہتے ہیں“

پنا لال۔ ”میری چال باجھ ہزار کی رہی۔“

رسک لال نے پانچ ہزار نکال کر سامنے رکھ دیا اور کہا۔ پتے دکھائیے۔

پنا لال نے پتے اٹھائے اور سامنے کھول کر رکھ دیئے۔ لیکن ان کی حیرت کی انتہا نہ رہی۔ جب پتوں میں صرف

دو دیکھتے تھے۔ تیسرا کیا غائب تھا۔ گھبرا کر بولے میرے پاس تین دیکھتے تھے اور ایک باو شاہ۔ یہ دو دیکھتے کیسے! ایک کیا ہوا؟

رسک لال نوٹوں کا ڈبیر سنبھالتے ہوئے بولے۔ کہاں کے کیتے اور کہاں کا بادشاہ۔ یہ دیکھئے! بادشاہ کی ٹریل ادیہ بگیم رہی۔

باو صاحب نے گرج کر کہا یہ دھوکا ہے۔ سراسر بے ایمانی ہے۔
رسک لال نے کرک کر جواب دیا۔۔۔ یہاں کوئی اٹھائی گیر نہیں ہیں۔ صاف کیمل کھیلنے ہیں۔ جس کا جی بچا کھیلے۔ جس کا جی چاہے نہ کھیلے۔

پتا لال۔ میں نہیں جانتا کہ تم ایسے ذلیل بھی ہو!
رسک لال نے تاؤ دیکھ کر کہا کہ ذرا زبان کو لگام دیجیئے۔ ورنہ ساری سخی بھلاؤں گا۔
ادھر سے پتا لال جھپٹے ادھر سے رسک لال دو نوٹوں لٹنے کو تیار تھے کہ غلام حسین اور جان نے، جو ابھی تک کھڑے تماشا دیکھ رہے تھے بیچ بچاؤ کر دیا۔

جماری پیہ پیہ پر جان دیتے ہیں، یہاں تو اتنی بڑی رقم تھی۔ باو صاحب کی آنکھوں سے چنگاریاں نکلنے لگیں لیکن اپنی جسمانی کمزوری کا خیال مخالف کی طاقت کے علم سے مل کر ہمت کا فاترہ کر دیتا ہے۔ کمزور کا غصہ الفاظ کے سیلاب میں نمودار ہوتا ہے۔ ہاتھ پیر چاہے مجبور ہو جائیں۔ لیکن زبان ہار ماننے والی نہیں۔ وہ شہر زور گھوڑے کی طرح ہے اسے قابو رکھنے کے لئے صبر چاہیئے۔

عجیب منہگا مرہٹا تھا۔ خان سامے، دبیر بڑا درچی اور کلب کے دوسرے ممبر جمع ہو کر یہ تعجب خیز ڈراما دیکھنے گئے۔ معاملہ بڑھتا دیکھ کر غلام حسین باو صاحب کو صبر کی نصیحت کرتے اور رسک لال کو بڑا بھلا کہتے ہوئے موڑ تک لے آئے۔ اور انہیں بٹھا کر سٹوفر کو اشارہ کیا۔ موڑ ہوا سے باتیں کرنے لگی۔

سرکار بنگلے پر پہنچے۔ نوکروں کی شامت آگئی۔ اس کو ڈانٹ اس کو پھٹکارا سردریان بیٹھے بیٹھے اونگھ رہا تھا۔ باو صاحب نے سہتے ہی وہ ٹھوکر جرائی کہ بیچارہ بھلا اٹھا۔ نوکر جو تانا تار لے گیا۔ فیتا کھولنے میں دیر لگ گئی بھلا کر وہ چپت جمائی کہ غریب کا سر بٹھا اٹھا۔ بارے جب سرکار کی آنکھ لگی تو بیچاروں کی جان میں جان آئی۔

(باقی آئندہ)

(چند سالانہ پانچ روپے) بچوں کا ہفتہ وار رسالہ جس میں اچھی اچھی
 نظمیں، دلچسپ کہانیاں، علمی مضامین مفید
مونہار
 ریلوے روڈ۔ لاہور معلومات، لطیف اور ہفتہ بھر کی خبریں دینے والی ہیں

